

Det estetiska språket

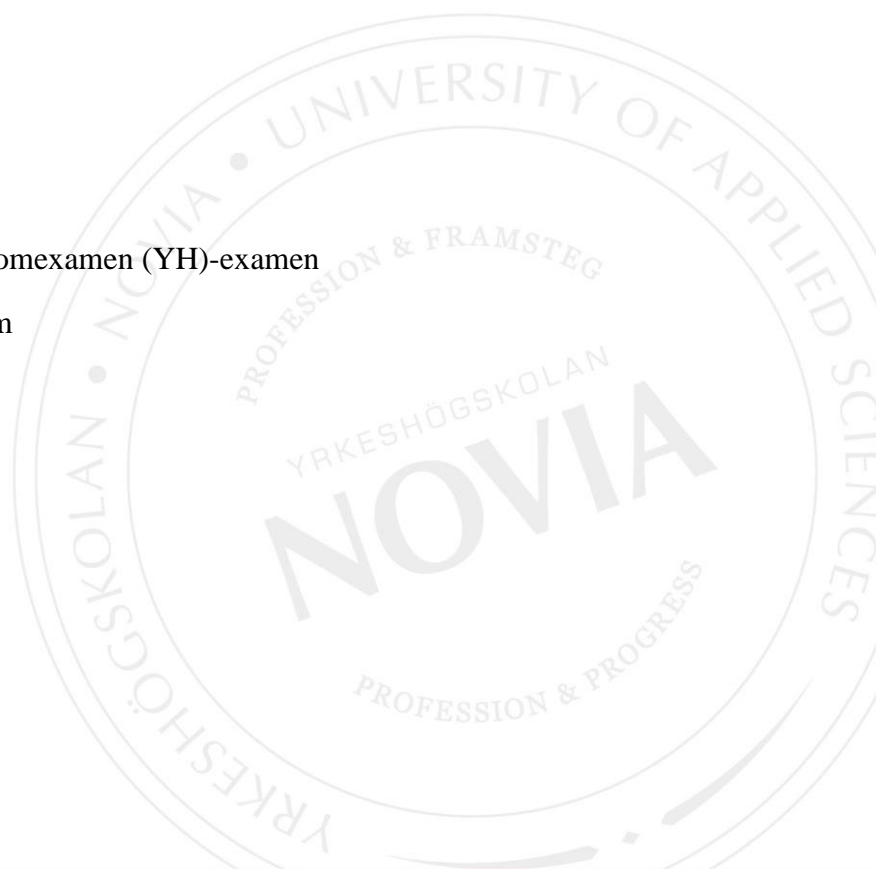
En kvalitativ studie om det pedagogiska värdet av att använda sig av estetiska lärprocesser inom behandlingen av ungdomar med mental ohälsa

Jakobsson Tanja

Examensarbete för socionomexamen (YH)-examen

Utbildningen för Socionom

Vasa 2018



EXAMENSARBETE

Författare: Jakobsson Tanja
Utbildning och ort: Socionom, Vasa
Inriktningsalternativ/Fördjupning: Ungdomsarbete, missbrukarvård & mentalvård
Handledare: Lillbacka Ralf och Höglund-Ingo Pia

Titel: Det estetiska språket

- en kvalitativ studie om det pedagogiska värdet av att använda sig av estetiska lärprocesser inom behandlingen av ungdomar med mental ohälsa

Datum 22.4.2018

Sidantal 65

Bilagor 1

Abstrakt

Syftet med detta examensarbete är att undersöka det pedagogiska värdet av att använda sig av estetiska lärprocesser inom behandlingen av ungdomar med mental ohälsa. Jag vill därmed undersöka ifall användandet av estetiska lärprocesser kan ha en positiv inverkan på ungdomars mentala hälsa. Vidare vill jag även fördjupa mig i vad en estetisk lärprocess är och hur man kan integrera detta i mentalvården. Jag kommer även att behandla vilket förhållande kreativitet har till det estetiska samt hur man kan främja ett kreativt arbetsklimat. Slutligen kommer jag att lyfta fram några metoder som går att använda tillsammans med estetiska lärprocesser.

Jag har gjort en kvalitativ studie genom att muntligt intervjua fem stycken danska pedagoger som har ingående kunskaper i att arbeta med estetiska lärprocesser tillsammans med ungdomar. Resultatet visade att det finns ett pedagogiskt värde av att använda sig av estetiska lärprocesser som en metod för att öka ungdomar välmående så länge ungdomen har ett behov av att uttrycka sig och pedagogen tror på estetiska lärprocessers pedagogiska värde.

Man kan slutligen konstatera att för ungdomar som har ett behov av att uttrycka sig så ger estetiska lärprocesser möjlighet till utveckling inom flera olika områden. Estetiska lärprocesser ökar individens välmående, förståelse för sig själv, sin omvärld samt fungerar som ett språk för det som individen inte kan uttrycka med ord.

Språk: Svenska

Nyckelord: Estetiska lärprocesser, mentalvård, estetik, kreativitet, metod, ungdom, pedagog, sinnen

OPINNÄYTETYÖ

Tekijä:	Jakobsson Tanja
Koulutus ja paikkakunta:	Sosionomi, Vaasa
Suuntautumisvaihtoehto/Syventävät opinnot:	Nuorisotyö, päihdehoito & mielenterveyshuolto
Ohjaajat:	Lillbacka Ralf ja Höglund-Ingo Pia
Nimike: Esteettinen kieli	
	- Kvalitatiivinen tutkinta taiteellisten oppimisprosessien käyttämisestä nuorten mielenterveydenhuollossa, ja sen käyttämisen pedagoginen arvo

Päivämäärä 22.4.2018

Sivumäärä 65

Liitteet 1

Tiivistelmä

Tämän opinnäytetyön tavoite on tutkia taiteellisen oppimisprosessien käyttämisestä saatava pedagoginen arvo mielenterveyshuollossa. Haluan tutkia, voivatko taiteelliset oppimisprosessit edesauttaa nuorison mielenterveyttä ja selostaa millä lailla taiteelliset oppimisprosessit voivat vaikuttaa henkilön psyykkiseen hyvinvointiin ja kehitykseen positiivisella tavalla. Haluan myös perehtyä taiteellisiin oppimisprosesseihin ja tutkia miten taiteellisia oppimisprosesseja voidaan integroida mielenterveyshuoltoon. Tulen myös käsittelemään, miten luovuus suhtautuu estetiikkaan ja miten voidaan edistää luovia työtapoja. Viimeisenä käsittelen joitakin menetelmiä, joita voidaan käyttää yhdessä taiteellisen oppimisprosessien kanssa.

Olen tehnyt kvalitatiivisen tutkimuksen, haastatteleamalla viittä tanskalaista pedagogia joilla on paljon osaamista taiteellisista oppimisprosesseista nuorten parissa. Tutkimuksen tulokset näyttävät, että taiteellisilla oppimisprosesseilla on pedagoginen arvo, jos nuorella henkilöllä on tarvetta ilmaisuun ja pedagogi uskoo taiteellisten oppimisprosessien pedagogiseen arvoon.

Lopuksi voidaan todeta, että taiteelliset oppimisprosessit antavat mahdollisuuden kehittyä monilla eri alueilla, kun nuorella henkilöllä on tarvetta ilmaisuun. Taiteelliset oppimisprosessit parantavat yksilöiden hyvinvointia, itsensä ja ympäristön ymmärtämistä ja toimii esteettisenä kielenä asioille, joita henkilö ei pysty ilmaisemaan sanoilla.

Kieli: Ruotsi

Avainsanat: Taiteellinen oppimisprosessi, mielenterveyshuolto, estetiikka, luovuus, menetelmä, nuorisotyö, pedagogi, aistit

BACHELOR'S THESIS

Author: Jakobsson Tanja
Degree Programme: Social welfare, Vasa
Specialization: Youthwork, addiction care & mental health care
Supervisors: Lillbacka Ralf and Höglund-Ingo Pia

Title: The aesthetical language

- A qualitative study about the pedagogical value of using aesthetical learning processes in the mental health care of youth

Date 22.4.2018

Number of pages 65

Appendices 1

Abstract

The purpose of this thesis is to investigate the pedagogical value of using aesthetical learning processes as a method in the mental health care of youth. I want to investigate if aesthetic learning processes can help youths with their mental health. Furthermore, I have immersed myself in what an aesthetic learning process is and how you could integrate it in the mental health care. In this thesis you can also read about the relationship between creativity and aesthetics and how you can support a creative working atmosphere. Finally, some methods that can be used together with aesthetic learning processes are presented.

The material for my qualitative study consists of five interviews with Danish pedagogues which have profound knowledge about using aesthetic learning processes with youth. The result of this study shows that there is a pedagogical value of using aesthetical learning processes in the mental health care of youth, as long as the youth has a need to express themselves and the pedagogue believes in the pedagogical value of aesthetic learning processes.

The conclusion of this thesis is that aesthetic learning processes give a chance for development in different areas for youths who have a need to express themselves. Aesthetic learning processes increase individual's wellbeing, understanding of themselves, the surrounding world and works as an aesthetic language for things that can't be expressed with words.

Language: Swedish

Key words: Aesthetic learning process, mental health care, aesthetics, creativity, method, youth, pedagogue, senses

Innehållsförteckning

1	Inledning.....	1
2	Syfte och problematisering	2
3	Estetiska lärprocesser	3
3.1	Vad är estetik?	3
3.2	Att ha en estetisk upplevelse enligt Dewey.....	4
3.3	Att koppla ihop estetik med lärande.....	5
3.3.1	Estetiska lärprocesser inom skolan.....	7
3.4	Den estetiska lärprocessen.....	8
3.4.1	Kännetecknen för estetiska lärprocesser	9
3.4.2	De tre dimensionerna inom estetiska lärprocesser	10
3.4.3	Estetiska lärprocessers aktiverande av sinnen	11
3.5	Kreativitet inom estetiska lärprocesser	11
3.5.1	Flow upplevelse inom estetiska lärprocesser	13
3.6	Sammanfattning.....	15
4	Estetiska lärprocessers inverkan på mental hälsa	15
4.1	Sammanfattning.....	17
5	Estetiska lärprocesser inom mentalvården	18
5.1	Att integrera estetiska lärprocesser i mentalvården.....	19
5.2	Att främja ett kreativt arbetssätt inom socialt arbete	21
5.3	Estetiska lärprocesser som en socialpedagogisk metod.....	22
5.4	Estetiska lärprocesser och ungdomar	22
5.5	Utmaningar med att integrera estetiska lärprocesser inom mentalvården...	23
5.6	Sammanfattning.....	24
6	Metoder inom estetiska lärprocesser	25
6.1	Empowerment.....	25
6.1.1	Empowermentmodellen	26
6.2	Flow teori	27
6.3	Ett kognitivt förhållningsätt.....	29
6.3.1	Den kognitiva samtalsmodellen.....	30
6.4	Aktivt lyssnande	31
6.5	Det fælles tredje	32
6.5.1	Den hela arbetsprocessen	33
6.5.2	Det fælles tredje som metod.....	34
6.6	Assertiv kommunikation	34
6.7	Att arbeta med resiliens.....	36
7	Sammanfattning av teoridelen.....	38

8	Undersökningens genomförande.....	38
8.1	Undersökningsmetod	38
8.2	Presentation av Empata- center for læring og æstetik.....	39
8.3	Undersökningsgrupp	40
8.4	Datainsamlingsmetod.....	41
8.5	Sekretess och etiska aspekter.....	42
9	Resultatredovisning	43
9.1	Vad är en estetisk upplevelse?	43
9.2	Hur skulle du beskriva en estetisk lärprocess?	44
9.3	Hur anser du att kreativitet förhåller sig till estetiska lärprocesser?.....	46
9.4	Vad är det pedagogiska värdet av estetiska lärprocesser?	48
9.5	Har du sett en ungdom påverkas av estetiska lärprocesser? Hur?.....	50
9.6	Vad krävs av en pedagog som arbetar med estetiska lärprocesser?.....	52
9.7	Vilka utmaningar finns med att arbeta med estetiska lärprocesser?	53
9.8	Vilka metoder använder du i samband med estetiska lärprocesser?	56
9.9	Hur kan ledningen främja ett kreativt arbetssätt?	59
10	Avslutande diskussion och kritisk granskning	60
	Källförteckning	66

1 Inledning

Inom socialt arbete har man en lång historia med att integrera olika kreativa aktiviteter för att öka klienternas välmående. För många är estetiska lärprocesser ett ganska nytt begrepp eftersom man oftast pratar om kreativitet istället. Att kombinera estetiska lärprocesser med mentalvården kan i sig ses som kreativt eftersom dessa två saker oftast inte associeras med varandra. Genom detta examensarbete vill jag att läsaren ska få en förståelse för vad en estetisk lärprocess är, hur estetiska lärprocesser kan inverka positivt för en ungdoms mentala hälsa och hur man kan integrera estetiska lärprocesser inom mentalvården för ungdomar.

Möjlighet till att arbeta kreativt är något som skapar bättre förutsättningar för att integrera estetiska lärprocesser inom klientarbetet, därför kommer jag även att behandla kreativitet samt hur man kan främja kreativa arbetssätt inom mentalvården. I detta examensarbete kommer jag även att redogöra för några metoder som man kan använda tillsammans med estetiska lärprocesser för att påvisa hur många möjligheter det finns till att kombinera estetiska lärprocesser med mera traditionella metoder inom mentalvården. Jag strävar till att skapa en koppling mellan estetiska lärprocesser och mentalvården för ungdomar för att undersöka det pedagogiska samt läkande värdet av estetiska lärprocesser för ungdomar med mental ohälsa.

Eftersom jag undersöker det pedagogiska värdet av estetiska lärprocesser så vill jag förklara vad jag i detta sammanhang menar med pedagogiskt värde. Med pedagogiskt värde menar jag att jag vill undersöka hur estetiska lärprocesser kan ge nya kunskaper och insikter åt individen som därmed hjälper individen att utvecklas inom olika områden. Ifall det finns ett pedagogiskt värde i att använda sig av estetiska lärprocesser inom behandlingen av ungdomar med mental ohälsa så skulle det betyda att estetiska lärprocesser har en utvecklande verkan på individen inom olika områden som berör hens liv och påverkar hens mentala hälsa. Det pedagogiska värdet kan då undersökas genom att studera vilken inverkan estetiska lärprocesser har för utveckling inom t.ex. det personliga (t.ex. hantering av känslor), sociala (t.ex. att kunna göra sig förstådd och förstå andra), och kulturella (t.ex. att förstå sin omvärld och kultur).

Genom att undersöka vilken inverkan estetiska lärprocesser kan ha för individer kan man få reda på hur värdefullt, eller onödigt, det vore att använda sig av estetiska lärprocesser inom behandlingen av ungdomar med mental ohälsa. Även om det inom mentalvården finns många fungerande metoder så bör man alltid försöka hitta nya arbetssätt och metoder för att

hålla en så hög kvalitet på behandlingen som möjligt. Användandet av estetiska lärprocesser inom mentalvården kunde eventuellt vara en effektiv metod att använda sig av med klienter. Att undersöka det pedagogiska värdet av att använda sig av estetiska lärprocesser inom mentalvården är vetenskapligt intressant eftersom det är ett ganska nytt område inom Finland och det finns möjligheter att integrera estetiska lärprocesser inom mentalvården.

Genom min undersökning vill jag bland annat skapa en djupare förståelse för estetiska lärprocesser, hur estetiska lärprocesser förhåller sig till kreativitet, vad som krävs av pedagoger som arbetar med estetiska lärprocesser, vilka metoder som kan användas tillsammans med estetiska lärprocesser samt hur man som ledare kan främja kreativa arbetssätt. Materialet till undersökningen består av fem stycken intervjuer med danska pedagoger som aktivt arbetar med estetiska lärprocesser med ungdomar som har särskilda behov, som t.ex. mental ohälsa. En viktig del av undersökningen är att redogöra för pedagogernas uppfattning om hur estetiska lärprocesser kan hjälpa en individ att utvecklas inom olika områden samt stärka den mentala hälsan.

2 Syfte och problematisering

Syftet med mitt examensarbete är att undersöka det pedagogiska värdet av att använda sig av estetiska lärprocesser inom behandlingen av ungdomar med mental ohälsa. Jag vill därmed undersöka ifall estetiska lärprocesser kan inverka rehabiliterande för en person med mental ohälsa samt redogöra för hur pedagoger beskriver det pedagogiska värdet av estetiska lärprocesser. För att kunna förstå vilken inverkan en estetisk lärprocess kan ha för en individ krävs det kunskaper om vad en estetisk lärprocess är samt hur denna process påverkar individen. Eftersom kreativitet oftast kopplas till estetik är det även av intresse att undersöka hur kreativiteten förhåller sig till det estetiska samt hur man kan skapa en kreativ arbetsmiljö inom en verksamhet. Två viktiga frågeställningar i detta examensarbete är även hur man kan integrera estetiska lärprocesser inom mentalvården samt hur man kan kombinera estetiska lärprocesser med andra metoder.

3 Estetiska lärprocesser

I detta kapitel kommer jag att börja från grunden och först diskutera vad estetik är för att sedan koppla estetiken med lärande eftersom dessa två ord är närvarande inom begreppet estetiska lärprocesser. Jag kommer att fortsätta med att redogöra för vad en estetisk lärprocess är och berätta om dess olika komponenter. Slutligen kommer jag att behandla begreppet kreativitet och dess förhållande till estetik eftersom kreativitet oftast kopplas ihop med estetik och det är av relevans att undersöka detta för att kunna förstå vilken roll kreativitet har inom estetiska lärprocesser.

3.1 Vad är estetik?

Estetik är ett begrepp som lätt sammankopplas ihop med konst, ofta på grund av att en viktig del av konsten är själva upplevelsen och känslorna som konsten ger upphov till hos betraktaren. Det finns dock en skillnad mellan dessa begrepp eftersom konst och konstnärlighet alltid inbegriper att man gör något, t.ex. att man lagar en skulptur, medan estetik handlar om den inre njutningen som en person känner av att ta emot stimuli som aktiverar olika sinnen. I danskan använder man ordet ”sanselighed” för att beskriva estetik, med detta menar man att man ska utforska världen med alla de sinnen som vi har. (Kupferberg, 2009, s. 109; Dewey, 2005, s. 48–49)

Eftersom estetik lätt kopplas till konst finns det en risk att synen på vad som är estetiskt blir väldigt snäv. Det är viktigt att komma ihåg att estetik är mera än konst samt att det finns så mycket mera än estetik inom konsten. Till konst kan man räkna t.ex. teater, bildkonst, musik, dans och poesi. Det är svårt att skapa ett allmänt konstbegrepp som alltid skulle grunda sig på en specifik estetik eftersom både konst och estetik är begrepp som individen till en hög grad kan definiera själv. Något som någon anser vara estetiskt kan för någon annan inte alls uppfattas som estetiskt. Istället för att fokusera på att försöka skapa generella begrepp lönar det sig att se hur estetiska praktiker utövas, både innanför och utanför konsten, för att skapa sig en förståelse för vad estetik är. (Lindstrand & Selander, 2009, s. 122–123) För att ytterligare skapa sig en förståelse för vad estetik är bör man börja med att studera det som är mest grundläggande inom estetiken, det vill säga de händelser och scener som väcker någons uppmärksamhet och håller upp personens intresse (Dewey, 2005, s. 3–4).

Genom historien har det alltid varit svårt att definiera estetik, men det som är tydligt idag är att estetiken har lämnat konstens sfär och istället blivit allmän. Att estetiken har blivit allmän innebär att man hittar det estetiska i vardagens praktiker och inte enbart inom konsten.

Lindstrand och Selander (2009, s. 122–123) skriver att Baumgarten har beskrivit estetik som en vetenskap om sinneskunskaperna. Baumgarten försökte begränsa estetiken till en helt egen filosofisk disciplin. Senare filosofisk estetik har haft mycket fokus på att försöka förklara estetikens natur, t.ex. emotionalisterna menade att estetik handlar om att uttrycka känslor på ett offentligt sätt genom sinnen.

3.2 Att ha en estetisk upplevelse enligt Dewey

En estetisk upplevelse utmärks av att personen som genomgår detta upplever njutning och både kropp och sinne aktiveras samt binds samman. Genom att vara uppmärksam på den njutning som personer får från vardagliga saker och sedan reflektera över vad som var estetiskt med upplevelsen så kan man få en djupare förståelse för vad som är estetiskt. Estetiska upplevelser finns överallt i vårt dagliga liv, t.ex. ifall någon sätter på en brasa i spisen så skulle personen antagligen säga att hen gör det på grund av praktiska skäl, men där finns även en estetisk del eftersom personen helt säkert uppskattar värmen på sin hud från brasan samt de fina färgerna som finns i elden. (Dewey, 2005, s. 3–4)

Helt biologiskt är människan skapt för att kunna ha estetiska upplevelser eftersom våra sinnens primära uppgift är att interagera med vår omvärld och se till att vi kan ta emot olika stimuli, men även reagera på dem och därmed påverka vår omvärld. Människans biologiska möjlighet till interaktion med sin omvärld är en grundläggande del för att estetik existerar och genom att människan hela tiden använder sina sinnen skapas en naturlig balans mellan hens inre känslor och tankar, samt de yttre reaktioner som dessa sedan leder till (t.ex. prat, skratt). (Ibid, s. 12–14)

Dewey framhåller att en viktig del för att en upplevelse ska vara estetisk är att alla olika komponenter som en person genomgår då hen har en upplevelse ska vara i balans och stödja varandra. De komponenter som finns inom en upplevelse är den känslomässiga dimensionen, den praktiska dimensionen och den intelligenta dimensionen. Den känslomässiga dimensionen innefattar alla känslor som personen upplever genom processen och dessa känslor binder även samman alla andra komponenter i upplevelsen. Den praktiska dimensionen handlar om att personen interagerar med objekt och händelser som sker runt omkring. Intelligenta dimensionen handlar helt enkelt om att upplevelsen har en mening för individen. För att estetiken ska kunna dominera i en upplevelse krävs det att det inte finns en enda rätt utkomst för händelsen, utan att produkten och avslutandet av händelsen inte är

bestämt i förväg utan istället beror på hur de olika komponenterna interagerar i processen. (Ibid, s. 56–57)

Vid en estetisk upplevelse krävs det att individen till en viss del kapitulerar inför omgivningen. Det kan vara skrämmande att helt kapitulera inför sin omgivning och ta in alla omgivande stimuli, men genom att göra detta kan individen ha en estetisk upplevelse. För att klara av att ta emot alla stimuli och bearbeta dessa krävs det att individen är aktiv och har energi till att ta in alla intryck. Vid en estetisk upplevelse ska individen kunna identifiera ett klart slut på upplevelsen och upplevelsen leder till reflektion över händelsen (Ibid, s. 41–42). En viktig del för att en upplevelse kan kallas för estetisk är att individen själv skapar sin egen tolkning och upplevelse av en händelse. Den estetiska upplevelsen ska således ge något nytt åt individen och tolkas från individens synvinkel och intresse. (Ibid, s. 55–56)

3.3 Att koppla ihop estetik med lärande

För att som pedagog kunna använda sig av estetiska lärprocesser så är det viktigt att man vet hur man kan kombinera estetik med lärande och pedagogik. Estetiska lärprocesser är ett uttryck som har börjat användas mer under den senaste tiden och det finns skäl till att reflektera över sambandet mellan estetik och lärande. För att förstå vad lärande är och hur man kan koppla det till estetik lönar det sig att fokusera på hur begreppet ”lärande” används i praktiken istället för att försöka få alla lärandets dimensioner inkluderade i en definition. Synen på lärande har ändrats mycket genom tiden och lärandet formas efter vilken pedagogisk hållning pedagogen har (t.ex. behavioristisk, socialkonstruktiv eller kognitiv hållning). Lärande kan ses som ett slags system av aktiviteter inom oss som aktiveras av olika stimuli vilka gör att våra tidigare kunskaper prövas genom att antingen befastas, kastas eller omformas. I lärande processen värderas och omvärderas den information vi får och vi strävar till att förstå vår omvärld i relation till oss själva. (Lindstrand & Selander, 2009, s. 123–125)

Kreativ kompetens är något som idag eftersträvas inom arbetslivet och dagens professionalism kännetecknas av en förmåga att ta inspiration från andra fält än det egna. Precis som i andra områden är utvecklingen inom pedagogiken idag att man lägger mera fokus på kreativitet som yrkeskompetens. Då huvudfokuset i pedagogiken ändras från en förmedling av traditionen till kreativitet uppstår vissa utmaningar som påverkar utövandet av pedagogiken. Det krävs att pedagogen använder sig av ett kreativt tankesätt vid pedagogisk planering och kan använda sig av olika arbetssätt. Eftersom estetiska

lärprocesser ger en stor chans för individen att vara kreativ blir det relevant för pedagogen att ha kunskaper kring estetiska lärprocesser samt hur man kan stödja en individ i denna process. (Kupferberg, 2009, s. 103)

För att kunna förstå vad estetiska lärprocesser är och hur man kan integrera estetiska lärprocesser inom pedagogiken bör man studera de skillnader som finns mellan pedagogrollen och konstnärsrollen, samt skillnader mellan traditionella förmedlingsprocesser och estetiska lärprocesser. Pedagogrollen har andra förutsättningar än konstnärsrollen eftersom pedagogrollen alltid innefattar att man ska sträva till att lära någon något. Uppgiften för pedagogen blir således att försöka inspireras av konstnärliga uttryck för att använda sig av estetiska lärprocesser inom sin pedagogik. En konstnärlig produktion är högst privat och speglar individens upplevelser, tankar och känslor. Publiken får en chans att själva känna efter hur de relaterar konstverket till sina upplevelser och genom den estetiska upplevelsen skapas en styrka att undersöka egna känslor och eventuella smärtpunkter. (Ibid, s. 105–106)

Som pedagog är det viktigt att man skulle reflektera över hur konstnärer arbetar och sedan uppmuntra individer att undersöka olika uttrycksformer för att locka fram det som är autentiskt, det vill säga det som uttrycker individens personliga erfarenheter. För att kunna göra detta krävs det att pedagogen besitter kunskap om olika estetiska uttryckssätt. Den estetiska pedagogiken bygger således på aktiverande lärande eftersom pedagogen försöker starta igång en process inom individen, men det är individen själv som måste aktivera sig och genomgå processen. (Ibid, s. 116)

Intelligens och lärande är väldigt närvarande i estetiska lärprocesser eftersom individen hela tiden måste reflektera över vilka konsekvenser som kommer från de val som hen gör. T.ex. en målare måste hela tiden reflektera över vilket mål hen har och hur hen med varje penseldrag kan närma sig detta mål. Målaren måste hela tiden fundera på vad som har gjorts och vad som kommer att göras och man kan med säkerhet säga att denna tankeprocess är den samma som vetenskapsmän har, även om det tar sig i uttryck på lite olika sätt. En möjlig orsak till att man i dagens samhälle inte lägger så stor vikt på hur mycket intelligens och pedagogik som finns inom estetiska lärprocesser är att man idag värdesätter intelligens som kan uttryckas genom t.ex. siffror och ord, istället för uttryckssätt som t.ex. film och musik. (Dewey, 2005, s. 47)

3.3.1 Estetiska lärprocesser inom skolan

Inom skolvärlden har man börjat prata mera om estetiska lärprocesser och jag vill lyfta fram detta som ett exempel hur man kan lyfta in estetiska lärprocesser på ett naturligt sätt. Att integrera estetiska lärprocesser inom olika arenor som alla ungdomar kommer i kontakt med kunde eventuellt fungera som en typ av förebyggande mentalvård. Den allmänna attityden inom skolvärlden idag är tyvärr att man värdesätter kunskaper inom teoretiska ämnen mera än kunskaper inom praktiska ämnen som t.ex. konst, men genom att ändra denna attityd kunde estetiska lärprocesser bli en naturlig och mera närvarande del av pedagogiken (Öhman-Gullberg, 2009, s. 71–73).

Estetik och lärande är betydelsefullt att kombinera eftersom det är bevisat att individer lär sig mycket genom olika estetiska praktiker. I skolan delar man tyvärr ofta upp ämnen i olika teoretiska ämnen och praktiska ämnen, utan att ta till vara på alla de möjligheter som kunde fås av att kombinera teoretiska ämnen med praktiskt utövande. Den dominerande hållningen i skolvärlden är att praktiska ämnen, som t.ex. bildkonst, fungerar som en paus från teoretiska ämnen och man värdesätter inte därmed de praktiska ämnena lika mycket som de teoretiska. Praktiska ämnen inom skolvärlden blir ofta som ett verktyg för att eleverna ska prestera i teoretiska ämnen. Genom att öka kunskaperna kring estetiska lärprocessers värde och pedagogiska potential så kunde eventuellt fördelningen mellan teoretiska och praktiska ämnen i skolvärlden ändras. (Öhman-Gullberg, 2009, s. 71–73)

Exempel på hur man kunde kombinera praktiska ämnen med de teoretiska är t.ex. att man i historia kunde ha en avslutande uppgift var eleverna skulle skapa en kort film om någon historisk händelse eller att man inom filosofi skulle skapa en kort sketch över något etiskt dilemma. Genom att integrera estetiska praktiker i teoretiska ämnen ger man eleverna möjlighet att lära sig på ett helt annat sätt eftersom de t.ex. tillsammans gör beslut om många olika saker under processens gång. I processens gång lär sig eleverna mera om sig själva eftersom ett helt annat samspel med omgivningen skapas och de får även en bättre förankring mellan sin uppgift och den rådande kulturen. (Ibid, s. 71–73)

Marie-Louise Hansson Stenhammars (2015, s. 185) forskning kring estetiska lärprocesser inom skolan visar att det inom alla skolämnen ligger fokus på att nå inlärningsmålen genom kvantitativt görande. Hansson Stenhammars forskning påvisar även att det finns en förväntning över att elever ska reproducera kunskapen genom mekaniska upprepningar och memorering av fakta.

Undervisningen idag är till en hög grad prestationsstyrd och många lärare upplever att det är svårt att integrera estetiken i pedagogiken. En orsak till att undervisningen lätt blir prestationsstyrd är en rädsla för att resultaten på undervisningen skulle bli sämre, t.ex. att PISA resultaten skulle bli sämre ifall man skulle fokusera mera på estetiska lärprocesser. Estetiska lärprocesser ökar elevernas motivation, engagemang och koncentration, därför skulle det löna sig att variera undervisningen med estetiska lärprocesser. (Damgaard, 2016)

Alla lär sig på olika sätt och då det läggs mera värde på vissa inlärningssätt så riskerar lärarna att tappa många elevers motivation. Genom att använda olika teckensystem kunde man ge eleverna möjlighet att skapa, kommunicera och visa hur de resonerar. Exempel på teckensystem är mönster, ytor, färger, linjer samt ljud, och genom dessa olika uttryckssätt kunde eleverna påvisa deras kunskaper på många olika sätt. Drama, film, konst och musik är exempel på estetiska uttryckssätt var eleverna får en möjlighet att kritiskt granska sin omvärld och aktivt delta i samhällslivet. (Damgaard, 2016)

3.4 Den estetiska lärprocessen

Inom estetiska lärprocesser ryms många olika infallsvinklar och detta skapar en intressant dynamik i begreppet som är tämligen nytt. Olika fält som berör estetiska lärprocesser är: konst, konstnärliga praktiker, estetik, estetiska verksamheter, pedagogik, vetenskap och forskningspraktiker. I all kunskapsbildning som berör det sinnliga, formmässiga förfinandet samt olika värdeomdömen och getsaltningsprocesser innehåller det en estetisk dimension. (Lindstrand & Selander, 2009, s. 122)

Människan är naturligt en formskapande varelse som aktivt tolkar sin omvärld och försöker skapa en mening i tillvaron. Även om behovet att uttrycka sig är individuellt så finns behovet inom alla människor och detta tar sitt uttryck på många olika sätt. Människan är hela tiden i växelverkan med sin omgivning och genom att förstå människans behov att ge uttryck för det som finns, men även det som inte finns, kan man få en bättre förståelse för människan som en symbolskapande, tolkande och aktiv varelse. Det som är viktigt att komma ihåg med estetiska uttryck är att individen själv skapar något unikt och att det inte är ett estetiskt uttryck ifall utövandet går ut på att återskapa något på ett exakt sätt. Det ska därmed finnas en frihet och lekfullhet i det estetiska uttrycket. (Ibid, s. 12–13)

Estetiska lärprocesser vill föra samman två saker som kan anses vara svåra att föra samman, nämligen det konstnärliga och det pedagogiska. Konst och kultur har i dagens samhälle en helt annan betydelse än förr med den kulturella mångfald och internationalitet som präglar

vårt samhälle. Kunskap innefattar idag inte bara fackkunskap utan även nyskapande och kreativitet. Eftersom konsten är det kunskapsområde som ger de bästa chanserna för nyskapande kan detta ses som en alternativ metod för lärande. Estetiska lärprocesser strävar därmed till att påvisa sambandet mellan konst och lärande, samt vill framhäva olika estetiska frågeställningar. I estetiska lärprocesser står det skapande lärandet i centrum. (Kupferberg, 2009, s. 108)

3.4.1 Kännetecknen för estetiska lärprocesser

En impuls är starten för en estetisk lärprocess (Vethal, Linge, Paulsen & Øverbye, 1997, s. 57; Dewey, 2005, s. 63). Med impuls menas människans upplevelse av ett behov som måste tillfredsställas, t.ex. att personen känner ett behov av att få utlopp för sin glädje för att hen såg en regnbåge. En impuls som startar en estetisk lärprocess har sin början i att personen har kontakt med omgivningen med sinnen och behovet som impulsen ger upphov till kan endast tillfredsställas genom samspel med omgivningen. I den estetiska lärprocessen finns ett samspel mellan gamla erfarenheter och kunskaper samt det nya som individen upplever. Individen tar emot energi från omvärlden (t.ex. från ljus, ljud) och denna energi omvandlas sedan till en noggrant övervägd handling. Förändringen från energi till handling sker genom att individen hela tiden aktivt reflekterar över vilken mening olika nya stimuli har i bakgrunden till den kunskap som hen redan besitter, denna process kallas för assimilation. Genom assimilationen som sker i den estetiska lärprocessen får nya stimuli form och mening från gammal kunskap, medan den gamla kunskapen får nytt liv då den möts av en ny situation. (Dewey, 2005, s. 63)

Något annat som är bemerkande för den estetiska lärprocessen är att individen bör vara medveten om meningen bakom sitt handlande. För att kunna uttrycka sig behöver individen besitta en kunskap om vilka konsekvenser olika beteenden och handlingar har. T.ex. så gråter en liten bebis bara av instinkt i början, men efter en tid lär sig bebisen vilken mening det har att gråta genom att observera sin omgivning och då barnet har denna insikt så kan hen medvetet börja uttrycka sina känslor. För att en estetisk lärprocess ska bli möjlig krävs det alltså att individen har en förståelse för omgivningen samt hur hen kan vara i kontakt med omgivningen. (Ibid, s. 64–65)

I den estetiska lärprocessen kombineras två funktioner in till en handling. De två funktioner som kombineras i en estetisk lärprocess är känsla och idéer samt användandet av sinnen. T.ex. då någon målar med olika färger på en canvas så organiseras även hens känslor och idéer medan synsinnet stimuleras. (Ibid, s. 78)

Behovet av att få utlopp för en känsla är ofta det som är drivkraften i en estetisk lärprocess. Till exempel om man är irriterad så kan man använda sig av känslan och tvätta bilen för att få utlopp för känslan. Medan personen tvättar bilden så får personen ordning på känslan. Det som dock är avgörande för att handlingen ska kunna räknas som en estetisk lärprocess är ifall personen gör handlingen per automatik för att det bör göras, eller om personen gör det för att få objektiv tillfredsställelse för sin känsla. Ifall personen tvättar bilen för att det bör göras är handlingen inte estetisk, men ifall bil tvättandet har gjort att personen har fått sin känsla av irritation ordnad inom sig och förmedlad genom att tvätta bilen, så symboliserar den rena bilen den förändring som har skett inom personen. (Ibid, s. 80–81)

3.4.2 De tre dimensionerna inom estetiska lärprocesser

Estetiska lärprocesser inverkar på tre olika dimensioner som kan analyseras. På den individuella nivån upplever utövaren en stark estetisk upplevelse genom att kropp och sinnen sammanflätas. Individen arbetar inte bara t.ex. med olika material och färger utan arbetar även till en hög grad med sin egna identitet. Genom att uttrycka sig får individen berätta och göra sig hörd vilket skapar en tillfredsställande estetik då individen känner att utövandet ger självbekräftelse samt tillfredsställande. (Andersson, 2009, s. 24–25)

Den sociala dimensionen av estetiska praktiker handlar mycket om att uppleva att man hör ihop med en viss grupp av individer som är likasinnade. Den estetiska praktiken utövas inte alltid tillsammans men bara känslan av att tillhöra en viss subkultur ger en mening och ett sammanhang för individen. Till det sociala hör även de kontakter man skapar samt känslan av att ha roligt då man utövar det praktiska. (Ibid, s. 24–25)

Den sista nivån, nämligen den kulturella nivån, handlar om hur individernas estetiska praktik kan kopplas till den omgivande kulturen. Här menas sättet som individerna kommunicerar med omvärlden genom praktiken, t.ex. att individen har målat något som hen upplever som orättvist i samhället. Genom olika estetiska praktiker kan individerna skapa en mening med sin kultur, reflektera och ”få mera ordning” på de värderingar som hen har. Individens skapande av mening, berättande och tolkande, innehåller en informell estetisk lärprocess var det uppstår kunskap och kunnande på många olika nivåer. (Ibid, s. 24–25)

3.4.3 Estetiska lärprocessers aktiverande av sinnen

Sinnespåverknning är en viktig del av den estetiska lärprocessen och det finns många skäl varför det är bra att aktivera och träna sina sinnen. Det är svårt att besvara exakt hur många sinnen vi har, men det som är klart är att sinnens primära uppgift är att göra oss medvetna om vår kropp samt samla in alla stimuli utifrån som vi behöver för vårt inre liv. (Hause, 1979, s. 9–10)

Sinnen kan kategoriseras in på många olika sätt, ett ganska vanligt sätt är att kategorisera dem efter deras placering. Huvudets sinnesorgan är: hörsel, syn, lukt, smak och balans. Synen är det sinne som vi använder mest, hela 80% av våra sinnesintryck är synintryck. Huden är i sig ett sinnesorgan och detta sinne kallas med ett samlingsnamn för känsel (ger signaler om t.ex. smärta, beröring, temperatur, tryck och vibration). Muskelsinnet är även ett sinne som anger signaler om t.ex. muskelspänning och kroppens läge. (Ibid, s. 10–12)

Att aktivera sina sinnen har flera positiva verkningar på flera olika områden. Genom att träna sina sinnen kan man öka sin koncentrationsförmåga, vilket hjälper oss att få ett grepp om omvärlden samt förstå den. Sinnesträning ökar även möjligheter för nya upplevelser och känslor. Kommunikationen med medmänniskor förbättras genom sinnesträning då individens uttrycksförmåga förbättras. Slutligen har sinnesträning även en individuell betydelse eftersom fantasi, skapande förmåga och personlighet utvecklas. (Ibid, s. 11)

Sinnesträning går ut på att man riktar sitt fokus på vanligtvis ett enda sinne. Vid sinnesträning ska individen uppleva att hen måste fokusera extra mycket på uppgiften, t.ex. att det krävs mycket koncentration för att uppfatta alla ljud i en sång. Känslorna är mycket aktiva inom sinnesträning och tanken är att det ska finnas tid till att t.ex. upptäcka, associera, följa och minnas. I estetiska lärprocesser finns det stora möjligheter för individen att träna sina sinnen eftersom användandet av sinnen är en grundläggande del av estetiska lärprocesser. (Ibid, s. 13)

3.5 Kreativitet inom estetiska lärprocesser

Kreativitet är ett ganska nytt ord och sedan det har skapats har man använt ordet på ett väldigt omfattande sätt. Då man söker efter definitioner på kreativitet märker man fort att det finns flera olika definitioner på ordet, men även att de olika definitionerna inte utesluter varandra. Kreativitet är en viktig del av den estetiska lärprocessen och för att förstå den estetiska

lärprocessen är det meningsfullt att veta vad kreativitet är samt hur det förhåller sig till estetiska lärprocesser. (Fenyö, 1990, s. 26–29)

Eftersom begreppet kreativitet är använt på ett så brett sätt blir det svårt att besvara frågan ”vad är kreativitet?” Det talas t.ex. om kreativ skatteplanering, kreativt sexliv, kreativt arbetssätt och till och med kreativt bedrägeri. Det som de flesta definitioner kring kreativitet har gemensamt är dock att de lyfter upp att kreativitet innefattar att man tänker i nya banor. (Vethal, Linge, Paulsen & Øverbye, 1997, s. 48–49; Fenyö, 1990, s. 21) En människa är kreativ om hen på en eller annan nivå antingen tänker eller gör något mer eller mindre nytt eller originellt, som avses värdefullt för en större eller mindre grupp människor, eller åtminstone är av något värde för själva upphovsmannen. (Fenyö, 1990, s. 28)

Ett annat sätt att definiera kreativitet är att kreativitet handlar om att uppnå en balans med sig själv, ha en förmåga att fylla sitt liv med mening samt förmågan att bli glad utan yttre hjälpmedel. Enligt föregående definition kan kreativitet handla om glädjen att hjälpa andra eller föräldrars glädje över att se barnen utvecklas, men även föräldrarnas styrka att bemästra sin sorg i olika situationer. (Klein, 1990, s. 21)

Oavsett hur man försöker definiera kreativitet så är det klart att kreativitet har positiva effekter på utövaren. Kreativitet handlar om problemlösning, en förmåga att kunna skapa oförväntade lösningar. Kreativitet medför en stark inre belöning, att hitta en lösning för hur man t.ex. ska blanda en viss färg för med sig en stark känsla av tillfredsställelse för individen. Ögonblicket av kreativitet ger även en fysisk lyckokänsla som ger en känsla av mening för individen. (Boman, 1990, s. 74)

Den kreativa processen är en del av den estetiska lärprocessen och den innefattar flera olika betydelsefulla element. I den kreativa processen utvecklas individens förmåga att göra olika jämförelser. Individen utvecklar även sin associationsförmåga som hittas i det språkliga, visuella och symboliska centrat i hjärnan. En individ som är i en kreativ process har ett intensivt samarbete med sin omvärld och tolkar hela tiden de intryck som hen tar emot. (Philipson, 1990, s. 121–122)

Den kreativa processen kan beskrivas som ”kreativt kaos” eftersom processen innefattar så många olika aspekter som inverkar i processen och påverkar individen. Ett exempel på en viktig del av den kreativa processen är att individen själv bör välja uttrycksmedel för att nå en autenticitet i sitt uttryck. Det är viktigt att medlet passar den erfarenhet som individen vill uttrycka och genom detta skapar individen en balans mellan att närma sig den privata

upplevelsen samt skapa en distans till den. Individens närmar sig erfarenheten genom att uttrycka sig kring den men på samma gång kan hen uppleva en distans från erfarenheten när hen hittar ett sätt att kanalisera det som finns inom hen och kan då t.ex. lättare gå vidare från en obehaglig erfarenhet. Balansgången mellan närmande och distans i skapandet är viktig för att individen ska kunna beskriva sina djupaste känslor. I den kreativa processen handlar det om att medvetet arbeta för att inte låta medvetandet styra processen, utan istället våga möta de äkta känslorna som finns i det omedvetna. (Kupferberg, 2009, s. 115)

Ett kreativt sinne bidrar till en mera flexibel självbild. Personer som är kreativt lagda har lättare att återgå till den barnsligare identiteten och har därmed en öppnare kommunikation bakåt i tiden samt med dolda tankar och känslor. Personer som har hittat deras kreativitet har även en mera positiv syn på deras kommande år, antagligen eftersom de anser att de är en aktiv formare av sitt eget liv, istället för en passiv med åkare. (Smith, 1990, s. 281–282)

En intressant aspekt av estetiska lärprocesser är att de ofta anses vara kreativa, medan inte alla kreativa processer anses vara estetiska. Ett exempel kan vara att en matematiker skapar en formel som underlättar räknandet, detta är därmed kreativt, men skulle inte anses vara estetiskt. I följande underkapitel kommer jag att berätta om flow, vilket är en positiv upplevelse som kopplas till kreativitet och därmed även estetiska lärprocesser. (Lindstrand & Selander, 2009, s. 12–13)

3.5.1 Flow upplevelse inom estetiska lärprocesser

Flow teori används inom estetiska lärprocesser och genomgående av estetiska lärprocesser ger en stor möjlighet för individen att uppleva flow och dess positiva egenskaper. I kapitel 6.2 kommer jag att återkomma till flow teori och behandla hur man kan använda sig av flow teori som en metod och skapa förutsättningar för att någon får uppleva flow.

Flow är ett tillstånd som Mihály Csikszentmihalyi skapade efter att ha undersökt känslan av att ”ha roligt” som flera olika grupper av människor beskrev. Csikszentmihalyi intervjuade t.ex. konstnärer, schackspelare, dansare och idrottsmän för att få reda på hur det känns att ha roligt. Även ”vanligare” grupper intervjuades, som gymnasieelever, arbetare vid löpande band och sekreterare. Gruppernas beskrivning på hur det känns att ha roligt samt vad som gör upplevelsen så givande i sig själv överensstämde till en överraskande stor grad. Personerna pratade ofta om en ”en ilning av glädje”, som var mycket tillfredsställande och till och med aningen beroendeframkallande. Detta tillstånd av lyckorus som kan uppstå då man gör någon uppgift kallar Csikszentmihalyi för flow. (Csikszentmihalyi, 1990, s. 38–40)

Flow definieras som ett tillstånd av fullständig koncentration som återföljs av en euforisk känsla och en upplevelse av absolut målmedvetenhet. Personen som är i flow-tillstånd koncentrerar sig djupt på de stimuli som individen själv uppfattar som relevanta, t.ex. motspelarens serve för en tennisspelare. Personen är så inne i uppgiften att andra stimuli som inte hör till uppgiften stängs ute, detta kan t.ex. innebära att personen inte känner att hen är vrålhungrig utan märker detta först efter att hen har kommit ur flow-tillståndet. Uppgifter som kan leda till flow har ett tydligt mål, konstnären har t.ex. en bild av hur en målning ska se ut som färdig och med varje koncentrerade penseldrag kan hen närma sig sitt mål. (Ibid, s. 41)

En individ som är i ett flow-tillstånd tänker inte på hens vardagliga problem och kan bara tänka på sig själv i förhållande till uppgiften. Då individen bara tänker på sig själv i relation till uppgiften betyder det att olika jag-relaterade bekymren försvinner och många beskriver en känsla av att förlora varje gnutta av osäkerhet eller tvivel på sig själva. Ibland kan en flow-upplevelse till och med leda till en känsla av övermänsklighet för individen. Alla intervjuade i Csikszentmihalyis undersökning höll med om att en flow-upplevelse är självförverkligande, spännande, njutningsrik samt en upplevelse som är belönande i sig själv. (Ibid, s. 41)

Det är möjligt att människan biologiskt har förmågan att uppleva flow för människosläktets överlevnad. Biologiskt fungerar vi så att vi finner saker som främjar vår överlevnad njutningsfulla, t.ex. mat och sex. Flow-tillståndet främjar även vår utveckling genom att vi hela tiden sporras till att lösa mera komplicerade problem, som sedan hjälper artens utveckling. (Ibid, s. 49)

Flow är helt klart en positiv upplevelse för individen, men det finns vissa faror med flow. Eftersom flow ger så mycket njutning till individen kan detta tillstånd som drivs av lust leda till att personer gör uppgifter som inte har ett gott slutresultat. Ett exempel på när flow kan bli problematiskt är när inbrottstjuvar upplever flow vid ett inbrott eller när någon som utvecklar kärnvapen upplever flow medan de försöker bygga ännu mer dödligare vapen. En annan problematisk aspekt av flow är att tillståndet kan vara mycket beroendeframkallande, en kirurg kan t.ex. bli så beroende av flow-upplevelsen som hen genomgår i operationssalen att allt annat känns tråkigt och det blir oerhört svårt för personen att vara på semester. Flow kan därmed ses som en stark inre, motiverande energi, som man borde vara lite försiktig med hur man använder. (Ibid, s. 47–49)

3.6 Sammanfattning

För att sammanfatta detta kapitel kan jag konstatera att det är flera olika aspekter som berör estetiska lärprocesser, allt från estetik, lärande, sinnesanvändning och kreativitet. Estetik är något som är närvarande i allas vardag och genom att koppla estetiken med lärande kan individen få nya upplevelser av lärande och det skapas ett annorlunda och utvecklande samspel mellan individen och omgivningen. Sinnena ger oss möjlighet till att vara i samspel med vår omgivning och genom den estetiska lärprocessen skapas kunskap genom att känslor och idéer binds samman med användande av sinnena. Kreativitet är en viktig del av den estetiska lärprocessen och skapar förutsättningar för att kunna genomgå estetiska lärprocesser. Estetiska lärprocesser med alla dess aspekter kan påverka individens mentala hälsa positivt, vilket jag kommer att påvisa i följande huvudkapitel.

4 Estetiska lärprocessers inverkan på mental hälsa

I föregående kapitel framkom redan en del aspekter av den estetiska lärprocessen som har positiv inverkan på individers välmående (se kapitel 3.4.2, 3.4.3, 3.5 och 3.5.1), men i detta kapitel vill jag fördjupa mig ytterligare i hur estetiska lärprocesser kan påverka en individs välmående, mentala hälsa samt utveckling på ett positivt sätt. Att redogöra för estetiska lärprocessers inverkan på psykiskt välmående och utveckling är viktig med tanke på mitt syfte eftersom det pedagogiska värdet av estetiska lärprocesser kan påvisas genom att föra fram dessa aspekter.

Det är empiriskt bevisat att konst och deltagande i estetiska praktiker har en positiv effekt för välbefinnande och mental hälsa. Konsten har en förmåga att öka gemenskapen samt välmående i ett samhälle. (Gilliam, 2013; Känkänen, 2013, s. 74). Det är även bevisat att estetiska praktiker fungerar mycket väl i olika kliniska miljöer som t.ex. sjukhus. Den kanske viktigaste och största fördelen med estetisk praktik är dock dess terapeutiska effekt, speciellt för de som är marginaliserade. Genom estetiska praktiker kan klienten uttrycka sig non verbalt och hitta nya sätt att bearbeta tankar, känslor samt berätta och bearbeta sin historia. (Gilliam, 2013; Ahonen-Eerikäinen, 1994, s. 13)

Estetiska praktiker är ett effektivt sätt att inkludera speciellt personer med mental ohälsa eftersom forskning har visat att kreativ aktivitet, sportaktiviteter och hobbyer inverkar positivt på den mentala hälsan genom att öka självförtroende, självkänsla samt socialt

nätverkande (Gilliam, 2013; Känkänen, 2013, s. 74; Ahonen-Eerikäinen, 1994, s. 13). Det är dock tydligt att det krävs mera evidens baserad forskning kring estetiska lärprocesser och mentalvård även om flera professionella redan starkt tror på estetiska lärprocessers behandlande verkan och uppmuntrar klienterna till olika estetiska praktiker. (Gilliam, 2013; Känkänen, 2013, s. 74)

Skapande av olika slag kan hjälpa en klient att få grepp om den verklighet som hen lever i eftersom man genom skapande kan se hur tillvaron hänger ihop och skapa sig en helhetsbild av ett fenomen. Ett exempel på hur en klient kan lära sig mera om sin omgivning är ifall hen deltar i ett projekt var man t.ex. först odlar olika blommor och växter, tar hand om dem och sedan fotograferar dem eller torkar dem för att skapa ett collage. Genom denna process lär sig klienten lite om hur man odlar, men även hur man tar hand om något för att sedan dokumentera det vackra. Genom att interagera med omgivningen kan klienten lära sig mycket om sig själv och intresset för att ytterligare försöka förstå sin tillvaro kan öka. Olika socialpedagogiska projekt var individen lär sig genom estetiska lärprocesser är även givande eftersom klientens självkänsla kan stärkas av den uppskattning som hen får för det som har gjorts, samt genom egna insikter om att man klarat av något på ett bra sätt. (Cederlund & Berglund, 2015, s. 136–137)

Genomgående av estetiska lärprocesser stärker individen psykosocialt samt förbättrar hens coping strategier genom att individen t.ex. lär sig nya förmågor, avslappning och att hantera stress och ilska. Estetiska lärprocesser främjar experimenterande, kreativitet, eftertanke, undersökande, gränsöverskridande och fantiserande (Damgaard, 2016). Det är viktigt att komma ihåg att den skapade produkten inte är det viktigaste, utan att individen får genomgå själva processen (Räsänen, 1994, s. 157). Genom estetiska lärprocesser kommer även individen i kontakt med andra, likasinnade människor. Ett ökat socialt nätverk och upplevelse av gemenskap ökar en individs känsla av livskontroll, vilket främjar psykiskt välmående (Känkänen, 2013, s. 76). Eftersom man genom den kreativa aktiviteten kommer i kontakt med människor ökar även individens chanser till att komma i kontakt med olika service som arbetar för att öka mentalt välbefinnande som t.ex. anställning med stöd. Ökat självförtroende, ett gott socialt nätverk och känslan av sammanhang som kan fås av estetiska praktiker är alla skyddsfaktorer mot t.ex. depression, ätstörningar och ångest. (Gilliam, 2013)

Inom estetiska praktiker kan man använda sig av olika internaliserings- och externaliseringsprocesser. Genom att t.ex. lyssna på musik kan det väckas olika känslor inom klienten (internaliseringsprocess) och klienten kan sedan uttrycka de känslor som hen upplever genom att t.ex. måla (externaliseringsprocess). Internaliserings- och externaliseringsprocesserna fördjupas under behandlingens gång och efter en tid kan klienten inse att det inte är hennes musiksmak som är ledsn, utan att hen själv är ledsn. Klienten har då genom en estetisk lärprocess lärt känna sig själv bättre och då känslan är identifierad går det att börja bearbeta den ytterligare. I början av behandlingen kan det vara lättare att inte koppla starka känslor till sig själv utan istället beskriva att en målning t.ex. visar känslorna hopplöshet och ilska. Att genomgå estetiska lärprocesser ger stora möjligheter för klienten att lära känna sig själv bättre samt få fram och bearbeta bakomliggande, förträngda känslor som t.ex. ångest. (Ahonen, 1994, s. 69–71)

En undersökning som gjordes vid universitetet av Northampton hade som syfte att undersöka det kliniska värdet av att använda sig av estetiska praktiker som en behandlingsmetod för klienter med mental ohälsa (Griffiths, 2008, s. 49). Undersökningen visade att det är viktigt att användandet av estetiska praktiker som behandlingsmetod endast används för de klienter som finner detta meningsfullt. För dem som finner estetiska praktiker meningsfullt är detta en behandlingsmetod med många möjligheter som främjar bland annat klientens självbestämmande. Estetiska praktiker engagerar klienterna på olika nivåer och ger en chans till att uppleva flow. Andra saker som är positiva för hälsan är att klienterna kan få uppleva positiva åstadkommande, utvecklande av psykiska samt kognitiva förmågor samt något bättre kontroll över negativa tankar och stresskänslor. Estetiska praktiker kan även bli en hobby för någon, vilket ger struktur till vardagen och kan hjälpa individen att skapa sig en positiv självbild. Undersökningen visade även att estetiska praktiker kan bli en bro till andra gemenskaper i samhället. (Griffiths, 2008, s. 61–62)

4.1 Sammanfattning

Sammanfattningsvis har estetiska lärprocesser en positiv inverkan inom den personliga, sociala samt kulturella utvecklingen. Från övergående kapitel kan man se att estetiska lärprocesser kan ha en positiv inverkan inom det personliga genom att individen t.ex. arbetar med sin identitet och blir mera medveten om, samt skapar en förståelse för sina känslor. Estetiska lärprocesser har även en positiv inverkan på det sociala eftersom man ofta är i samverkan med andra och därmed får öva på att göra sig förstådd samt förstå andra. En känsla av gemenskap är något som främjar mental hälsa och detta skapas ofta när man

genomgår estetiska lärprocesser. Estetiska lärprocesser främjar även mental hälsa genom att individen kan få en förståelse för sin egna tillvaro i det omgivande samhället och den omgivande kulturen, vilket ger en känsla av livskontroll. Detta kapitel påvisar att det finns ett pedagogiskt värde med estetiska lärprocesser och i följande kapitel kommer jag att övergå till att redogöra för hur man kan integrera estetiska lärprocesser inom mentalvården.

5 Estetiska lärprocesser inom mentalvården

Eftersom det är påvisat att estetiska lärprocesser kan ha en positiv inverkan på en individs mentala hälsa kommer jag i detta kapitel att fokusera på hur man kunde integrera estetiska lärprocesser inom mentalvården. För att kunna arbeta estetiskt behövs det finnas utrymme för kreativitet, därför kommer jag även att föra fram hur man kan främja ett kreativt arbetssätt inom socialt arbete. Jag kommer även att presentera estetiska lärprocesser som en social pedagogisk metod och påvisa varför det vore meningsfullt att använda sig av estetiska lärprocesser som en metod specifikt för ungdomar. Jag kommer att avsluta kapitlet genom att redogöra för vissa utmaningar som finns med att integrera estetiska lärprocesser inom mentalvården.

Att använda sig av estetiska lärprocesser för terapeutiskt syfte för klienter med mental ohälsa är välgrundat eftersom estetiska lärprocesser stödjer rehabiliteringen. Det är inte ovanligt att klienter med mental ohälsa har svårt med växelverkan, att ta ansvar över sig själv och möta verkligheten, estetiska lärprocesser ger en möjlighet till att öka dessa förmågor. Det estetiska kan hjälpa en individ att hitta sin egna livssyn med vilken hen kan möta olika svårigheter samt anknyta sig med kulturen. (Hokkanen & Kontkanen, 1994, s. 181)

För att nå en god kvalitet på mentalvården krävs det att vården är evidensbaserad, holistisk, patient centrerad samt att man värdesätter samarbete högt. Att integrera estetiska lärprocesser är något som inte är så vanligt i dagens mentalvård, men det finns ett ökat intresse för att använda sig av estetiska lärprocesser för att inkludera människor och skapa en positiv mentalvård. Första steget för att professionella inom sociala området skulle börja använda sig mera av estetiska lärprocesser vore att få mera kunskap om estetiska lärprocesser och kreativitet samt vilken inverkan dessa kan ha på klienter. Ifall professionella skulle få mera kunskap kring estetiska lärprocesser kunde de kombinera kunskap, effektivitet och

etiskt tankesätt med en viss lekfullhet för att använda sig av ett kreativt sinne i deras praktiska arbete. (Gilliam, 2013)

Forskning visar mer och mer att deltagande i kreativa aktiviteter ökar mental hälsa. Samhället tänker oftast inte på mentalvården som en kreativ arena var de professionella har all möjlighet att använda sig av ett kreativt tankesätt. I själva verket kan alla ha samma synsätt på livet som en konstnär, det som dock krävs är att man är öppen för att lära sig nya saker, värdesätter originalitet samt att man har ett helhjärtat intresse för sitt arbete. Det finns forskare som påstår att kreativitet inte bara är önskvärt, utan nödvändigt för mental hälsa. För att göra en jämförelse mellan kroppens välmående och sinnets välmående kan man säga att kroppsligt välmående är beroende av att vi kan andas medan mentalt välmående är beroende av att vi är kreativa. (Ibid)

Genom estetiska lärprocesser kan individen förändra sina inre känslor, tankar och eventuella konflikter till något symboliskt som blir mera lätthanterligt än det som finns inom individen. När individen har uttryckt det som finns inom hen i symbolisk form kan hen lättare bearbeta och hantera t.ex. den starka känslan av rädsla, utan att känna för stor ångest. Den symboliska distansen bidrar även till en känsla av trygghet och ger möjlighet att uttrycka känslor som individen annars kunde uppleva att är tabu. Utövande av estetiska praktiker kan därmed fungera läkande och rehabiliterande samt vara en stark terapeutisk upplevelse för individen. (Ahonen-Eerikäinen, 1994, s. 13)

5.1 Att integrera estetiska lärprocesser i mentalvården

Professionella som arbetar med socialt arbete har oftast ganska stor möjlighet att arbeta självständigt och själva välja de metoder som de vill använda sig av. Arbetsgivaren har ett ansvar för att fortbilda de anställda och här finns en stor chans att sprida kunskap om kreativitet, estetiska lärprocesser och kreativt arbetssätt. Det är viktigt att de professionella uppmuntras till att tänka kreativt och integrera estetiska lärprocesser i sitt arbete med klienter så att de själva tar initiativ till detta. Genom att uppmuntras till kreativt tänkande kan alla i en organisation delta i att utveckla verksamheten och ha en gemensam nyfikenhet för omvärlden. De professionella kan skapa sig en expertis kring mentalvård och estetiska lärprocesser genom att samla på sig kunskap och skapa sig erfarenheter av att arbeta med estetiska lärprocesser inom mentalvården. (Gilliam, 2013)

Det är bara fantasin som sätter gränser för hur man kan integrera estetiska lärprocesser i det praktiska arbetet inom mentalvård. Musik, konst, fotografering, sminkning, pyssel, bakning

och teater är exempel på olika aktiviteter var klienter har möjlighet att uttrycka sig själva och vara kreativa. Det är viktigt att skilja på konst- och musikterapi samt utövande av estetiska lärprocesser då man pratar om ur man ska integrera kreativitet i det praktiska arbetet. Konst-och musikterapi har en lång historia och får endast utövas av professionella som har utbildning för det, medan estetiska lärprocesser får utövas av alla och har bredare mål än konst-och musikterapi. Konst- och musikterapi används specifikt som en terapiform medan estetiska lärprocesser ofta används i förebyggande syfte men även för dess terapeutiska effekter. Inom socialt arbete kan man integrera kreativ verksamhet genom att antingen samarbeta med utbildade konst- och musikterapeuter eller genom att samarbeta med någon som är insatt i t.ex. målning och på detta vis integrera estetiska lärprocesser i behandlingen. (Ibid)

Det kan finnas ett pedagogiskt värde i att låta klienterna samspele med en professionell som inte har en utbildning inom det sociala området. Ifall man integrerar till exempel en musiker i det sociala arbetet med en klient så får klienten möta helt andra uppfattningar och normer än de som finns inom det sociala arbetet. För att klienten ska kunna bli självständig och klara sig utan det sociala arbetets stöd är det givande att hen får kontakt med andra arbetskulturer än den som råder inom det sociala området. (Cederlund & Berglund, 2015, s. 137)

Estetiska lärprocesser kan även integreras i klientarbetet genom att använda sig av de intressen man själv har, t.ex. att göra olika sminkningar tillsammans med klienter. För att klienterna ska uppleva positiva effekter av estetiska lärprocesser krävs det inte att den som drar aktiviteten t.ex. är en professionell konstnär. Det viktiga vid kreativa aktiviteter är inte produkten utan själva processen som klienten går igenom. Estetiska praktiker har inte bara positiva effekter för klienterna utan även de professionella påverkas positivt av att vara kreativa. Det är t.ex. bevisat att kreativitet minskar stress vilket i sin tur förebygger utbrändhet hos de anställda. (Gilliam, 2013)

Eftersom det är bevisat att de processer som individen går igenom vid utövandet av estetiska lärprocesser ökar individens mentala välbefinnande borde alla professionella som tror på estetiska lärprocessers pedagogiska värde modigt integrera t.ex. bildkonst i deras arbete med klienter. Det som är viktigt ifall man väljer att använda sig av olika estetiska praktiker i sitt arbete är att man själv upplever att genomgående av estetiska lärprocesser är värdefullt och att man har upplevt dess positiva effekter. För att stödja någon i en estetisk lärprocess krävs det även att man själv har hittat sin kreativitet och dess möjligheter. (Ahonen, 1994, s. 94)

5.2 Att främja ett kreativt arbetssätt inom socialt arbete

Eftersom kreativitet är en viktig del av estetiska lärprocesser och jag undersöker hur man kunde integrera estetiska lärprocesser inom mentalvården så är det relevant att behandla hur man kan främja kreativitet och kreativa arbetssätt inom socialt arbete. Som det tidigare har nämnt krävs det att det finns en viss lekfullhet och frihet för att individer ska kunna arbeta med estetiska lärprocesser, genom att främja ett kreativt arbetssätt kan man därmed även skapa bättre förutsättningar för att integrera estetiska lärprocesser i klientarbetet.

Kreativitet inom en verksamhet handlar om individernas förmåga att skapa innovativa och användbara idéer. I dagens samhälle uppskattas kreativ förmåga till en hög grad och kreativitet inom verksamheten kan öka verksamhetens effektivitet, hjälpa verksamheten att genomgå svåra tider samt hjälpa verksamheten i konkurrensen mot andra verksamheter. För verksamhetens bästa lönar det sig för ledare att satsa på att stödja medarbetarnas kreativitet när samhället ändrar sig så fort idag. (Hao & Zhi-Chao & Tian-Chao, 2016)

Man kan integrera kreativitet i både disciplinen samt i praktiken. Kreativitet, samarbete och behandling är tre ord som har använts för att beskriva en god mentalvård. En organisation kan främja användning av kreativitet både till arbetarna samt klienterna men detta betyder inte automatiskt att organisationen har ett kreativt klimat. För att ytterligare främja kreativitet borde det vara en god balans mellan positivt risktagande och etiskt tankesätt eftersom de professionella då kan arbeta mera fritt och vågar ta etiskt övervägda risker. Att integrera kreativitet i disciplinen handlar om att man har reflekterat över hur kreativitet anknyter till sitt arbetsfält och att man har kunskaper om hur man kan tillämpa ett kreativt tankesätt i sitt arbete. (Gilliam, 2013)

För att främja kreativa arbetssätt borde verksamhetsledaren arbeta för att de anställda är tillräckligt utmanade i sitt arbete eftersom utmaningar på passlig nivå ökar engagemang och intresse för arbetet (se kapitel 6.2 om flow teori). För att kreativa arbetssätt ska uppstå är det viktigt att de anställda känner sig behövda och är emotionellt engagerade i sitt arbete. En annan viktig faktor för att främja kreativa arbetssätt är att de professionella bör ha en frihet att välja hur de utför sitt arbete samt att det bör finnas resurser för att kunna pröva på nya idéer som uppstår, ett så kallat stöd för idéer. Livet i organisationen bör gärna vara dynamiskt eftersom kreativitet främjas av olika evenemang och tillställningar. (Gilliam, 2013)

Inom socialt arbete är planering alltid en viktig del av arbetet och för att främja ett kreativt arbetssätt är det viktigt att de professionella har möjlighet att tänka igenom och planera deras

handlingar före de utförs praktiskt med klienter. Det måste finnas tid till att reflektera över hur man kan utveckla verksamheten. Rädsla att misslyckas är något som hämmar kreativa arbetssätt en hel del, därför är det viktigt att de professionella upplever att det är accepterat att ibland misslyckas. Verksamhetsledaren har en viktig roll i att visa att även hen gör misstag, men att det är accepterat att göra detta ibland eftersom man även lär sig av misstag. (Gilliam, 2013)

Klimatet vid arbetsplatsen är mycket avgörande för att de professionella ska kunna använda sig av sin kreativitet. Det bör finnas en känsla av tillit och öppenhet mellan de professionella eftersom detta gör att man känner att man kan yttra sina åsikter och se på saker från olika synvinklar. För att främja kreativa arbetssätt bör det vara accepterat att ha roligt vid arbetsplatsen och atmosfären får inte vara stel utan istället avslappnad men professionell. Vidare är det viktigt att de professionella har chansen att verkligen diskutera och öppet debattera kring saker för att lösa olika problem istället för att gå och grubbla på dem. Slutligen borde konflikter mellan de professionella undvikas så långt det går eftersom de hämmar kreativitet och tar energi från hela arbetsplatsen. (Gilliam, 2013)

5.3 Estetiska lärprocesser som en socialpedagogisk metod

Användandet av estetiska lärprocesser är en socialpedagogisk metod eftersom man bland annat strävar till att integrera människor som är marginaliserade och öka deras delaktighet. Målet med all socialpedagogisk verksamhet är att organisera verksamheten så att klienterna verkligen har en chans att uppleva delaktighet samt känna meningsfullhet. I det pedagogiska sociala arbetet är det viktigt att klienterna ska kunna använda sig av de kunskaper som de erövrar även i deras enskilda liv utanför det sociala arbetets ramar. Det är oerhört viktigt att innehållet i allt förändringsarbete är meningsfullt för klienterna och eftersom individer har chansen att genomgå estetiska lärprocesser i olika former av skapande så är detta ett värdefullt socialpedagogiskt arbetssätt. (Cederlund & Berglund, 2015, s. 138–139)

5.4 Estetiska lärprocesser och ungdomar

Eftersom jag specifikt undersöker vad det pedagogiska värdet är av att använda sig av estetiska lärprocesser inom behandlingen för ungdomar med mental ohälsa, så anser jag det relevant att i detta underkapitel beskriva varför estetiska lärprocesser kan fungera som en bra metod för ungdomar.

Under ungdomstiden försöker den unga skapa en egen identitet och detta kan ofta ge upphov till förvirrade känslor hos den unga. Genom att få uttrycka sig själv genom t.ex. konst eller musik kan den unga känna att tillvaron blir mera strukturerad då hen kan få utlopp för sina inre, ofta kaotiska, känslor. Genom att uttrycka sig kreativt har den unga möjlighet att på ett accepterat sätt uttrycka tankar och känslor som kan upplevas vara lite tabu i samhället. Olika uttryckssätt kan även bli som en brygga mellan generationer och hjälpa den unga att förklara den tillvaro, kultur och värld som hen upplever sig leva i. (Ahonen, 1994, s. 96–97)

Estetiska lärprocesser ger en god chans för ungdomar att skapa sig nya, positiva erfarenheter. Det är viktigt att klienter inom det sociala arbetet får uppleva att de får en ny chans och bemöts med nya reaktioner och förväntningar från de vuxna. Speciellt ungdomar som har varit med om mycket nederlag och negativa erfarenheter bör möta en omgivning som möter dem positivt och som ger dem chansen att aktivera sig med något nytt och spännande som de inte har några negativa erfarenheter från tidigare. För ungdomar finns det ett stort behov av att få uttrycka de känslor och tankar som de har inom sig och genom estetiska lärprocesser kan ungdomen skapa sin identitet och lära sig att delta och aktivera sig kring olika samhällseliga fenomen (Lindstrand & Selander, 2009, s. 19–24). För att livet ska kännas meningsfullt är det viktigt att man upplever att man har en viss kontroll över sin tillvaro och denna känsla kan individen uppnå när hen genom estetiska lärprocesser märker att hen kan påverka sin omgivning på ett tillfredsställande sätt. (Husen, 1985, Kapitel 3)

5.5 Utmaningar med att integrera estetiska lärprocesser inom mentalvården

Det finns vissa utmaningar med att integrera estetiska lärprocesser inom mentalvården, en av dessa är att de som arbetar inom mentalvården ofta kan känna att systemet begränsar deras förmåga att vara kreativa och att byråkratin tar över det praktiska arbetet en hel del. För många, speciellt om man är kreativt lagd, kan det vara ångestfyllt att uppleva att man är så begränsad i sitt arbete att det inte finns något utrymme för kreativt tänkande eller estetiska praktiker. Ett sätt att främja ett kreativt arbetsklimat är att aktivt utvärdera verksamheten och t.ex. ha en enkät för att få en bild av arbetstagarnas upplevda möjligheter till att vara kreativa. Även om man inom en organisation utvärderar verksamheten på liknande vis brukar resultaten från en enkät oftast inte leda till ändringar i det organisatoriska klimatet eftersom det krävs mycket tid och arbete för att ändra detta. (Gilliam, 2013)

Något som är problematiskt inom många olika områden inom sociala fältet är att professionella skapar sig en smal referensram kring deras ämne. Orsaken till att referensramen och därmed kunskapen blir smal och väldigt specifik för området är att de professionella är så upptagna med att hålla sig uppdaterade om olika teorier kring deras eget fält och därför inte hinner läsa om teorier som kommer från andra fält, vilka kunde bidra till nya insikter och ett mera kreativt arbetssätt. Csikszentmihalyis undersökning kring kreativitet visar att kreativa tänkare oftast fördjupar sig mycket i ett område för att sedan integrera detta i andra oväntade fält. (Dieser & Christenson & Davis-Gage, 2015, s. 97)

Kreativt tänkande inom mentalvården hämmas även eftersom det ofta finns en slags konflikt mellan ”att skydda” klienten och lita på hans autonomi. Det är förstås viktigt att mentalvården är trygg och att klienterna är trygga, men det som kan bli problematiskt med detta är att professionella kan känna sig lite klivna mellan att skydda klienten mot olika eventuella hot eller att ta en risk och lita på klientens autonomi och förmåga att klara sig själv. Ett viktigt mål inom mentalvården är att klienterna ska börja klara sig själva och för att detta ska nås borde professionella känna att de vågar ta risker och pröva på olika slags arbetssätt för att klienten ska nå sina mål och bli självständig. Lagar och organisatoriska regler är viktiga men de borde följas på ett sätt som inte hämmar ett kreativt arbetssätt. Ifall man inom mentalvården skulle fokusera på att uppmuntra kreativitet skulle de professionella känna mindre stress i sitt arbete och börja lita på sin egna förmåga till en högre grad. Genom att de professionella skulle använda sig av ett kreativt tankesätt skulle även klienterna märka av detta och det skulle vara mera sannolikt att nå ett fullständigt tillfrisknande samt en positiv mentalvård i samhället. (Gilliam, 2013)

5.6 Sammanfattning

För att avsluta detta kapitel kan jag konstatera att det finns goda möjligheter för att integrera estetiska lärprocesser inom mentalvården även om det finns vissa utmaningar. Ofta handlar det om vilka metoder man prioriterar inom verksamheten samt vad man väljer att lägga tid på. Första steget för att kunna börja använda sig av en metod är alltid att få kunskap om själva metoder och detta är även grunden för att professionella inom mentalvården skulle kunna börja använda sig av estetiska lärprocesser. Ifall man som ledare tror på estetiska lärprocessers rehabiliterande verkan är det viktigt att veta hur man kan främja kreativa arbetssätt eftersom detta skapar förutsättningar för att kunna arbeta med estetiska lärprocesser. Estetiska lärprocesser kan fungera speciellt bra som en metod för ungdomar med mental ohälsa eftersom det kan hjälpa den unga att sortera och förstå kaotiska känslor,

skapa sig en positiv självbild samt skapa sig en förståelse för omvärlden. I följande kapitel kommer jag att redogöra för hur man kan arbeta med estetiska lärprocesser tillsammans med några andra metoder för att påvisa att estetiska lärprocesser på ett smidigt sätt kan kombineras med andra, mera traditionella, metoder.

6 Metoder inom estetiska lärprocesser

Att arbeta med estetiska lärprocesser ger möjlighet till att på samma gång integrera många andra metoder som kan ge en djupare pedagogisk dimension i själva arbetet med estetiska lärprocesser. De olika metoderna är evidensbaserade och främjar klientens positiva utveckling på olika plan. Jag vill redogöra om några metoder som kan används då man arbetar med estetiska lärprocesser för att påvisa hur ganska traditionella metoder, som t.ex. kognitiv samtalsmodell, kan kombineras med estetiska lärprocesser. En annan orsak till att redogöra om metoder inom estetiska lärprocesser är att påvisa att det finns genomtänkt och evidensbaserad teori bakom det praktiska arbetet.

6.1 Empowerment

På samma sätt som estetiska lärprocesser är även empowerment ett begrepp som under de senaste årtionden har blivit mera populärt. Även om det finns mycket litteratur kring empowerment och flera organisationer värdesätter empowerment högt så är det utmanande att säga vad empowerment är eftersom begreppet är mycket diffust. (Askheim & Starrin, 2007, s. 9) Det som dock är klart är att empowerment ses som något positivt och innefattar flera olika komponenter som ligger människan nära till hjärtat, t.ex. styrka, självtillit, stolthet, delaktighet och självstyre (Askheim & Starrin, 2007, s. 9; Carlander, 2014, s. 125–126).

Empowerment begreppet innefattar en tanke om att stödja personer i en utsatt situation och för att göra detta krävs ett visst förhållningssätt (Askheim & Starrin, 2009, s. 12). Den empowermentinriktade tankemodellen är en modell som kan användas inom socialt arbete och kan ge ett värdeunderlag åt pedagogen. Grunden i den empowermentinriktade tankemodellen är alla människors lika och orubbliga människovärde. I empowermentttänkandet vill man ta avstånd från hierarkiska förhållanden och istället fokusera på betydelsen att tillsammans kämpa för människovärde och respekt. Ifall

pedagogen använder sig av detta förhållningssätt så tar det sitt uttryck i praktiken genom att pedagogerna t.ex. användes sig av sammanbindande språk, vilket innebär att språket är uppmuntrande, bekräftande, respektfullt samt strävar till en ömsesidighet i samtalet som stärker klientens självkänsla. (Starrin, 2007, s. 71–71)

Empowerment som förhållningssätt och metod är givande att använda sig av när man arbetar med estetiska lärprocesser eftersom man som pedagog har stora chanser att stödja en individ som genomgår en estetisk lärprocess att ta självständiga beslut och börja lita på sin egna förmåga. Genom empowermenttänkande kan pedagogerna hejda sig från att ta beslut för klientens skull, ta ett steg tillbaka och verkligen låta klienten göra sitt egna uttryck. Empowerment har visat sig ha en positiv inverkan på individer som har mental ohälsa. Genom empowerment kan individer med mental ohälsa uppleva att de får mera kontroll över sitt liv genom att till exempel acceptera att de är på rehabiliteringens väg istället för att känna ett misslyckande av att inte klara av att bli frisk (Adams, 2008, s. 109–110).

6.1.1 Empowermentmodellen

Mycket av dagens förändringsarbete och terapi grundar sig på tankar kring att individen själv måste vara aktiv för att en förändring ska kunna ske och att det är viktigt att pedagogen visar respekt för individens tidiga kunskaper och erfarenheter. Estetisk pedagogik grundar sig även på aktiverande lärande och därför kan dessa två kombineras på ett betydelsefullt sätt (se kapitel 3.3). Förändringar sker långsamt eftersom förändring är starkt bundet till olika uppfattningar som har att göra med individens identitet. Med belysning av dessa tidigare nämnda faktorer kring förändringsarbete har en empowermentmodell skapats för att pedagoger ska ha en teoretisk modell att ta till hand i det praktiska arbetet. (Moula, 2009, s. 49)

Empowermentmodellen består av fem olika steg. Det första steget handlar om att tillsammans med klienten klarlägga klientens livssituation. Något av det viktigaste i detta skede är att klientens berättelse är i centrum, istället för att fokus skulle bli på pedagogens kunskaper. Klienten är expert på sitt eget liv och pedagogens uppgift är att hjälpa klienten att se sin egna livssituation och definiera vad hen själv upplever är problemet i hans liv. Steg ett och två brukar ofta kunna flyta in i varandra eftersom steg två handlar om vad klienten har för önskningsar samt vad hen vill förändra. Det är naturligt att det första och andra skedet ofta flyter ihop på ett smidigt sätt eftersom man genom att i första skedet då man funderar på vad som är problemet inser vad man inte vill/vill ha i sitt liv. (Ibid, s. 50–51)

Det tredje steget handlar om en slags brainstorming eftersom klienten och pedagogen nu vet vad som är problemet samt vad klienten vill ändra, och kan därmed börja tänka på möjliga handlingsalternativ. I detta skede ska finnas en frihet var olika idéer får flöda och först efter att inga fler handlingsalternativ uppstår i tankarna så kan klienten och pedagogen börja fundera på eventuella resurser och hinder som finns för varje handlingsalternativ. Detta steg i processen kräver systematisk tänkande och hela processen är en lärande process var klienten hela tiden uppmuntras till att ta ansvar för sitt liv och gå vidare till nästa steg. (Ibid, s. 52)

Vid fjärde steget stödjer pedagogen klienten att självständigt välja ett av de handlingsalternativ som de tillsammans reflekterat över. Ibland kan det vara svårt för klienten att själv göra ett val men det är viktigt att pedagogen är tålmodig och samtalar med klienten tills hen är redo att själv göra ett val. Ifall pedagogen beslutar för klienten blir klienten ett offer för pedagogens vilja att rädda klienten, istället för att klienten av ett självständigt beslut skulle ha ökat sin egna styrka och sitt självstyre (Adams, 2008, s. 12). Pedagogen måste visa tillit till klientens styrka samt tydligt visa att hen tror på klientens förmåga till att skapa förändring. Efter att klienten har gjort ett val kan man tillsammans göra konkreta mål och en detaljerad handlingsplan bör utformas. (Ibid, s. 50) Detta skede understöds väl av estetiska lärprocesser eftersom man hela tiden övar på att göra egna val utifrån det man vill nå när man genomgår en estetisk lärprocess (se kapitel 3.3).

Sista steget handlar om utvärdering. Klienten och pedagogen utvärderar tillsammans de konsekvenser som har kommit ut av det val som klienten gjorde i förra processen. Ifall klienten inte är nöjd med sin livssituation kan pedagogen och klienten starta en ny process från det första steget. (Ibid, s. 53)

6.2 Flow teori

I kapitlet 3.5.1 berättade jag om vad flow- tillståndet är samt vilka positiva effekter det har för individen att uppleva flow. I detta underkapitlet kommer jag att fokusera på hur man kan använda flow teori som en metod samt hur man som pedagog kan skapa förutsättningar för att klienter får uppleva flow. När man arbetar med estetiska lärprocesser är det viktigt att även ha kunskap om flow-teori eftersom man då i processen kan främja att individen får uppleva flow och vet när individen är i flow och inte ska störas.

Att skapa en balans mellan utmaning och färdighet är något av det viktigaste för att en individ ska kunna uppleva ett flow- tillstånd. För att flow ska kunna uppnås ska uppgiften vara på

den högsta möjliga utmaningsnivån som individen känner att hen kan besvara och bemästra med sina förmågor. Det är viktigt att utmaningen man har framför sig är konkret och att utmaningen är realistisk och möjlig att klara. Ifall utmaningen är för stor och individen har en svag förmåga uppstår ångest hos individen. Då individen har goda förmågor men utmaningen är för lätt uppstår uttråkning och då förmågorna är svaga och utmaningen är för lätt uppstår apati hos individen. Pedagogerna ska således arbeta för att balansen mellan klientens utmaning och förmågor hålls så att klienten arbetar med den största möjliga utmaningen med tanke på de förmågor som hen har. Att skapa utmaningar och tydliga mål är något av det viktigaste för att kunna uppnå ett flow- tillstånd eftersom utmaningarna skapar en spänning som ger psykisk energi. (Matikka, 2013, s. 41–43)

I ett flow- tillstånd upplevs en högre nivå av medvetenhet än vad man vanligtvis har. Detta fenomen kan förklaras genom att allt fokus läggs på uppgiften och man är därmed mycket mera mottaglig mot små stimuli som är relevanta för uppgiften, medan övriga stimuli lätt läggs till sidan. Som pedagog kan man främja att någon får uppleva en högre nivå av medvetenhet genom att uppmuntra klienten att befria sig från andra funderingar som hen har samt hjälpa hen att ”släppa lös”. (Ibid, s. 45–46)

Självmedvetenhet är starkt kopplat till egna känslor och tankar, men även yttre omständigheter. Det finns störande element som kan hindra någon från att slippa i ett flow- tillstånd eller göra att individen avbryts från ett flow- tillstånd. Negativa saker som stör ett flow- tillstånd är: störande tankar (t.ex. oro, ”tänk om ja inte klarar det”), störande känslor (t.ex. ångest, rädsla), fysiska problem (t.ex. smärta), olika störande yttre omständigheter (t.ex. regn, höga ljud) och press från den sociala omgivningen (t.ex. att man är rädd för att inte accepteras). Då man som pedagog vet vilka saker som hämmar ett flow- tillstånd kan man arbeta för att skapa motsatsen till dessa saker, t.ex. en trygg miljö samt positiv atmosfär utan någon press. (Ibid, s. 47–48)

För att flow ska kunna uppnås är det viktigt att individen hela tiden vet vart hon är på väg. Varje sak individen gör för hen närmare sitt mål som ska vara tydligt, nåbart och konkret. Då individen har ett tydligt mål att arbeta mot skapas psykisk energi och hen kan fokusera mera på den inre och yttre miljön, istället för att t.ex. oro sig över sin lämplighet för uppgiften (Csikszentmihalyi, 1990, s. 39). Man kan se flow- upplevelsen som en kedja av handlingar, var varje handling har en mening och ett mål som även är kopplat med det slutgiltiga målet. Till exempel ifall någon målar en tavla sker en lång kedja med deluppgifter före individen har målat den tavla som hen hade en inre bild av. Med varje färgblandning

och penseldrag närmar sig individen det slutgiltiga målet. Det blir pedagogens uppgift att stödja klienten i att skapa tydliga mål och sedan arbeta mot dessa mål. (Ibid, s. 50–54)

En pedagog som försöker främja att någon hamnar i ett tillstånd av flow kan göra det genom att ge uppmuntrande feedback åt individen i processens gång (Ibid, s.57). Vid flow upplever individen en känsla av full koncentration och kontroll över situationen. Det finns dock en risk i känslan av kontroll eftersom det kan leda till att individen inte vill ta sig an en utmaning eftersom det innebär att man tar en risk och åtminstone för en tid förlorar känslan av kontroll. För att flow ska kunna uppnås är det dock viktigt att individen vågar ta risker samt utmana sig själv och här har pedagogen en viktig uppgift i att uppmuntra individen till att våga ta sig an utmaningar. (Ibid, s. 63–65) Pedagogen bör även ha tydliga förväntningar på individen eftersom detta ökar individens engagemang för uppgiften (Griffiths, 2008, s. 61).

6.3 Ett kognitivt förhållningssätt

När en klient genomgår en estetisk lärprocess finns det goda möjligheter för en pedagog att använda sig av olika samtalsbehandlingsmetoder på samma gång. Det är inte ovanligt att det på ett naturligt sätt uppstår meningsfulla dialoger medan man gör något praktiskt tillsammans och ifall pedagogen har kunskaper kring samtalsmetodik kan den estetiska lärprocessen få ytterligare en dimension som är positiv för klienten.

Även om socionomer inte får någon kompetens till att vara terapeuter så kan vi integrera de tankesätt och idéer som finns inom olika terapiformer. Det är dock viktigt att vi inte intar rollen som terapeut eller använder oss av olika metoder utan att ha utbildats för dessa (d'Elia, 2004, s. 15). Att använda sig av förhållningssätt från den kognitiva terapin kan ge den professionella lite guidning i hur man kan skapa ett gott samtal med klienten och det finns goda möjligheter att använda sig av kognitiva samtal för många olika professioner, som t.ex. sjukskötare, läkare och socionomer. (Ibid, s. 7)

Den teoretiska bakgrunden till kognitiv terapi är att man anser att individen har utvecklat olika dysfunktionella kognitiva strukturer eller scheman som fungerar som ett filter för alla intryck från den yttre och inre världen. Allt som individen möter formas, införlivas och bearbetas enligt de gamla dysfunktionella scheman som hen har. Eftersom individen tolkar allt enligt dysfunktionella scheman så förstärks individens negativa bild av sig själv och omvärlden ytterligare. Tankar, känslor och handlingar är väldigt kopplade och ifall en person har dysfunktionella scheman så är det vanligt att känsloreaktioner fort följs av olika automatiska, negativa tankar. (Perris, 1986, s. 91)

Ett kognitivt förhållningssätt strävar till ett arbetssätt som är klientcentrerat, strukturerat och problemorienterat. Man försöker förstå klientens inre föreställningsvärld för att lättare kunna förstå och bemöta klientens känslor och beteende. I det jämlika samtalet kan pedagogen ta upp situationer som brukar vara problematiska för klienten så att klienten får en chans att reflektera över de spontana tankar och känslor som brukar uppstå i situationen. Pedagogen uppmuntrar hela tiden klienten att granska och uppmärksamma sin föreställningsvärld. (d'Elia, 2004, s. 13–15)

Det som ofta är mest utmanande för pedagoger som använder sig av kognitiv samtalsmetodik är att hitta de tankar, inställningar eller irrationella levnadsregler som det vore givande att bearbeta och undersöka för att klientens lidande kunde minskas. Det krävs erfarenhet för att kunna identifiera de tankar och förställningar som ger upphov till svårigheter i klientens liv och det är viktigt att pedagogen ser alla känslor som lika viktiga eftersom känslorna är en viktig ledtråd till att identifiera problematiska tankescheman. (Wilhelmsen, 2001, s. 25–26) Användandet av estetiska lärprocesser tillsammans med kognitiv samtalsmetodik kan underlätta pedagogens analyserande av klientens tankar och känslor eftersom klienten uttrycker sina känslor och tankar genom det estetiska (se kapitel 3.4.1.).

6.3.1 Den kognitiva samtalsmodellen

Den kognitiva samtalsmodellen kan användas av pedagogen som stödjer klienten i den estetiska lärprocessen. Samtalsmodellen består av tre olika delar; det lyssnande, förtroende skapande samtalet, det inre samtalet samt det sokratiska samtalet. Alla delar i samtalet är lika viktiga och pedagogen ska sträva till att skapa en naturlig balans mellan komponenterna. (d'Elia, 2004, s. 20)

I den lyssnande, förtroendeskapande fasen är det viktigt att den professionella uppmärksammar och bekräftar klientens viktiga känslor. Det är viktigt att klientens behov av att bli hörd och sedd tillfredsställs och att det skapas ett gott förtroende och samarbete mellan klient och professionell. (Ibid, s. 19–20)

I det inre samtalet är fokus på klientens inre föreställningsvärld som styr hans känslor och beteende. Tillsammans med klienten undersöks den inre föreställningsvärlden samt vad som framkallar/underhåller t.ex. rädsla, ilska och sorg. En viktig del är även att undersöka vilka förväntningar och önskningar om utveckling klienten har kring problematiska områden i sitt liv. (Ibid, s. 20)

Det sokratiska samtalet grundar sig på Sokrates tankar om att individen redan har alla svar inom sig och att motpartens uppgift bara är att hjälpa individen att medvetengöra och förlösa dessa svar. Pedagog guidar klienten till att reflektera, granska och ibland ompröva hans tankar och föreställningar. Tillsammans försöker man hitta nya perspektiv som förändrar negativa tankescheman. (Ibid, s. 20)

6.4 Aktivt lyssnande

Det har tidigare blivit nämnt att en individ som genomgår en estetisk lärprocess är i ständig växelverkan med sin omgivning. Aktivt lyssnande är en metod som kan vara meningsfull att använda tillsammans med estetiska lärprocesser eftersom pedagog genom att lyssna aktivt kan få reda på mycket, som t.ex. klientens värderingar, erfarenheter, tankar och känslor.

I en dialog tänker man ofta att det är den som pratar som är aktiv, medan den som lyssnar är passiv. Ifall man vill skapa effektiv kommunikation är det viktigt att även den som lyssnar är aktiv. Aktivt lyssnande handlar om att fokusera och reagera på det som den andra säger, t.ex. genom att ställa öppna följdfrågor. (Boyd, 1998, s. 55; Vethal, Linge, Paulsen & Øverbye, 1997, s. 42) Att bemästra aktivt lyssnande hjälper en i all kommunikation och speciellt inom socialt arbete vore det viktigt att de professionella bemästrar denna kommunikationsmetod eftersom det främst är via kommunikationen som klienterna får stöd. Genom att lyssna aktivt på en klient som genomgår en estetisk lärprocess kan aktiviteten ytterligare få mera djup och dialogen som skapas kan ge nya insikter åt klienten och hen hittar eventuellt lösningar på olika problem.

Aktivt lyssnande handlar mycket om att vara närvarande och att visa detta. Det finns många olika slags frågor man kan ställa motparten för att visa att man lyssnar, är empatiskt engagerad och intresserad (Tedgård, 2010, s. 29). Till exempel öppna frågor är bra att använda sig av eftersom de uppmuntrar den andra att berätta om situationen med egna ord. Öppna frågor ger individen en möjlighet att berätta om det som hen anser vara relevant och styr inte konversationen på samma sätt som slutna frågor gör. Ett exempel på en öppen fråga är: ”vad upplever du att du kunde göra för att förbättra situationen?”. (Boyd, 1998, s. 55; Carlander, 2014, s. 173)

Bekräftande är en viktig del av aktivt lyssnande och detta kan du göra t.ex. genom små sammanfattningar under samtalets gång (Tedgård, 2010, s. 16). Sammanfattningar är effektivt att använda för att klarlägga att man har förstått det som den andra har sagt. Sammanfattningar görs efter att den andra har sagt något och tanken med dem är att den

andra märker att man har lyssnat och får en chans att korrigera en ifall det är något som man har missuppfattat. Att använda sig av sammanfattningar kräver att man verkligen har lyssnat på det som den andra säger för att man ska kunna återberätta det efteråt. (Boyd, 1998, s. 55)

En viktig del av aktivt lyssnande är att lyssna först och först efter det fundera på vad man ska säga. Forskning har visat att personer i genomsnitt lyssnar på en fjärdedel av det som den andre säger åt en, för att sedan börja bearbeta informationen och ta fram ett svar. Det uppstår ofta missförstånd då motparten har missat mera än hälften av det som den andra har sagt och svarar utgående från den lilla del som hen har lyssnat på. (Tedgård, 2010, s. 14) Genom att låta den andra säga det som hen vill och aktivt lyssna på detta så får motparten lättare en helhetsbild över situationen och individen kan eventuellt själv komma till en lösning för sitt problem utan att den professionella behöver ge några råd. Det kan även vara givande att fråga personen hur man kan hjälpa hen eftersom den andre då får reflektera över vad hen verkligen behöver hjälp med. (Boyd, 1998, s. 55)

En annan sak som tydligt signalerar åt den andre att du lyssnar aktivt är att du inte låter dig distraheras av något annat. Det handlar om att visa att du är där för att lyssna på precis den personen. T.ex. om du arbetar med att laga en sång tillsammans med en klient och ni hamnar i en dialog om något så är det viktigt att inte svara i telefonen och att t.ex. stänga fönstret ifall det kommer störande ljud utifrån. (Ibid, s. 55)

Kroppsspråk är något som man bör lägga fokus på eftersom man kan få reda på många saker genom att vara uppmärksam på t.ex. hur personen sitter, tonläget på rösten samt vilka miner hen gör. Som professionell är det även viktigt att man är medveten om sitt egna kroppsspråk eftersom man kan signalera mycket till den andra med sitt kroppsspråk. För att främja en god kontakt och göra den andra bekväm kan man till en viss grad spegla den andres kroppsspråk under början av samtalet. (Tedgård, 2010, s. 19)

6.5 Det fælles tredje

Det fælles tredje är ett begrepp som används inom pedagogutbildningen i Danmark och kunde bäst översättas som ”det gemensamma tredje”. Teorin om det fælles tredje passar utmärkt att använda sig av ifall man arbetar med estetiska lärprocesser med klienter och teorin är en del av det socialpedagogiska fältet. (Husen, 1985, kapitel 1)

Det fælles tredje grundar sig på tanken att pedagogen bör stödja klienter i att genomgå hela arbetsprocesser, vilket väcker deras engagemang. Det fælles tredje handlar om att pedagogen

använda sig av ett personligt intresse för att tillsammans med klienten aktivera sig med något var de har ett gemensamt mål (vilket är det fælles tredje). En viktig grundtanke inom det fælles tredje är att hela arbetsprocesser krävs för att personlig utveckling ska ske (Ibid).

6.5.1 Den hela arbetsprocessen

En arbetsprocess består alltid av fyra faser. Den första fasen handlar om att man gör ett beslut om att ett visst arbete ska utföras eller att en uppgift ska lösas. Den andra fasen handlar om planering, det vill säga att man planerar hur man kan nå sitt mål och vilka hjälpmedel som behövs. Tredje fasen är själva utförandet av arbetet som leder mot det slutgiltiga målet och den sista fasen handlar om värdesättande av resultatet. Med värdesättande av resultatet menas att man reflekterar kring hur pass tillfredsställande samt ordentligt utfört arbetet är. (Ibid).

Ifall någon utför något eller några av de fyra faserna av en arbetsprocess så utför individen bara en arbetsfunktion. I vårt samhälle är det vanligt att vi utför något arbete som någon annan har beslutat att vi ska göra. Till exempel inom lönearbete är det vanligt att man utför en del av arbetet som ledaren har bestämt att ska göras, man har därmed inte varit en del av en hel arbetsprocess eftersom man inte är delaktig i den beslutande fasen. För att en individ ska få uppleva de positiva egenskaperna av en hel arbetsprocess är det viktigt att pedagogerna låter klienterna delta i alla fyra faser som finns i arbetsprocesser då man t.ex. planerar aktiviteter vid en ungdomsgård (Ibid).

Ett viktigt mål inom socialt arbete är att man arbetar för att klienterna ska bli självständiga individer som klarar av att ta egna beslut och sedan arbeta för att nå sitt mål. Ifall ungdomens utveckling sker harmoniskt så utvecklar den unga hela tiden sin identitet och sitt självvärde baserat på sin personlighet och sin egna förmåga att handla utefter sina önskningar och behov. Om de vuxna hela tiden utför allt för barn och ungdomar lär de sig inte att göra beslut efter deras egna värderingar och personlighet. Ungdomar som inte har upplevt hela arbetsprocesser har inte utvecklat förmågan att handla ändamålsenligt samt realistisk i förhållande till omvärlden och klarar därför inte av att hålla fast i en identitet och ett självvärde. Ungdomen skapar då sin självuppfattning genom andras reaktioner och detta tar sitt uttryck genom att hen gör allt för att få antingen positiv eller negativ uppmärksamhet, t.ex. genom att visa hur stark man är eller genom att provocera människor så att de tar avstånd. (Ibid)

6.5.2 Det fælles tredje som metod

Den mest konstruktiva och positiva erfarenheten kan fås genom det fælles tredje. Vid det fælles tredje hittar ungdomen och pedagogen ett gemensamt intresse och tillsammans arbetar de för att nå ett gemensamt mål. Istället för att fokusera på de svårigheter och känslor som ungdomen har så fokuserar man på det gemensamma arbetet eller aktiviteten som görs. Det är vanligt att de relationella problem som klienten möjligtvis har ofta faller på plats medan man arbetar tillsammans kring något eftersom man i arbetsprocessen ofta möter utmanande situationer som kräver konstruktiv kommunikation och samarbete. (Husen, 1985, kapitel 3)

Att arbeta med det fælles tredje som metod och tillsammans med klienten genomgå en hel arbetsprocess ger klienten möjlighet till att uppleva självförglömmelse och entusiasm. När denna process fungerar bra ger den en känsla av ett naturligt samspel med omgivningen och de inblandande. Detta naturliga samspel med omgivningen är ofta mycket värdefull för klienter eftersom det eventuellt kan vara första gången på mycket länge, eller någonsin, som de upplever att samspelet med omgivningen och de vuxna fungerar. Från den gemensamma arbetsprocessen upplever individen producentstolthet, självförtroende och identiteten stärks av att man upplevt att man själv kan utträta något värdefullt. Både processen och produkten är lika viktiga i det fælles tredje eftersom det krävs att man har ett gemensamt mål för att man ska kunna uppleva alla de positiva saker som kommer från den hela arbetsprocessen. (Ibid)

Pedagogens uppgift blir att skapa en miljö var det finns möjlighet till att utföra aktiviteter med klienter som både engagerar de professionella och klienterna. Det är viktigt att pedagogen är lyhörd för klienternas intressen och att pedagogen vågar visa de intressen som hen själv har eftersom entusiasm har en förmåga att sprida av sig. (Ibid, kapitel 1)

6.6 Assertiv kommunikation

Assertiv kommunikation är en kommunikationsteknik som kan användas av alla professionella inom sociala området och det fungerar även bra att använda sig av denna metod tillsammans med estetiska lärprocesser eftersom det alltid är givande att kunna skapa en respektfull dialog och även samtala om svårare ämnen.

Ordet assertiv kommer från det engelska fackuttrycket assertion, vilket syftar till en kommunikativ inställning var man på ett direkt sätt uttrycker sina känslor, tankar samt sin hållning. Assertion handlar även om en förmåga att stå för sin åsikt, men att på samma gång

förhålla sig öppet och deltagande mot andra, även om de skulle ha en annan åsikt än en själv. (Høgsted & Møller Petersen, 2000, s. 7)

Som pedagog är det viktigt att reflektera över hur man kommunicerar och ständigt försöka utveckla sitt sätt att kommunicera. Då man arbetar för att utveckla sin kommunikation sätts en lärprocess igång, och i processens gång upptäcker man både styrkor och svagheter i ens sätt att kommunicera. Assertiv kommunikation är bra att använda sig av i allt klientarbete eftersom man genom assertiv kommunikation kan skapa en dialog var det finns rum för båda parterna. Det är vanligt att man i vissa situationer använder sig av assertiv kommunikation utan att vara medveten om detta, medan det i vissa situationer kan vara väldigt svårt att kommunicera assertivt. Det är svårare att uttrycka sig assertivt ifall man har en nära relation till personen och ifall samtalsämnet är sårbart. (Ibid, s. 7–10)

Den assertiva kommunikationsstilen kännetecknas av att vara direkt och avbalanserad. Att kommunikationen är direkt betyder att man är tydlig och ärlig med det som man säger. Med avbalanserad menas att kommunikationen är anpassad efter situationen, man reagerar därmed inte för mycket eller för lite. Vid assertiv kommunikation uttrycks ens hållning, tankar och känslor på ett tydligt och klart sätt. Inom assertiv kommunikation finns det utrymme för oenigheter. Det finns inte skrivet vad som är assertiv kommunikation, inte heller finns det specifika assertiva samtalsinnehåll som kan följas. Assertiv kommunikation ska istället ses som en kommunikativ inställning som ger båda utrymme till att tydligt uttrycka sina tankar, känslor och sin hållning. Assertiv kommunikation ger även bättre förutsättningar till att förstå varandra. Det är dock viktigt att det faktum att man förstår varandra inte är det samma som att vara eniga om saken, men förståelsen kan vara en grund till att vara eniga om vad man är oense om. (Ibid, s. 29–30)

När man är assertiv i sin kommunikation är det viktigt att vara medveten om den kontext som man kommunicerar i och sedan anpassa sig efter detta. Genom att t.ex. reflektera över vem man kommunicerar med samt vad man ska kommunicera om, så kan man skapa bättre förutsättningar för att skapa en jämlik dialog. (Ibid, s. 16)

Det finns vissa förutsättningar för att kunna kommunicera assertivt. För det första krävs det att man innefattar en viss självkänedom eftersom man måste veta vad man tänker och känner för att kunna uttrycka detta på ett direkt sätt. Utöver självkänedom krävs även att man upplever ett självvärde eftersom man då anser att man har ett grundläggande värde som människa och vågar stå för sina åsikter och känslor. Det räcker dock inte med att vi värdesätter våra egna tankar och känslor, vi måste även värdesätta motpartens tankar och

känslor för att kommunicera assertivt. Det krävs att man har en grundläggande respekt för andra människors värde och att man ger motparten optimal möjlighet till att uttrycka sig direkt. Slutligen ska man då man använder sig av assertiv kommunikation reflektera över hur man med ord, kroppsspråk och röst kan uttrycka sig assertivt. Verbal assertion kan t.ex. handla om att utgå ifrån att prata från sig själv medan non-verbal assertion kan handla om att stå stadigt på benen i en icke hotfull position. (Ibid, s. 30)

6.7 Att arbeta med resiliens

Den sista metoden som jag vill lyfta fram som en möjlig metod som kan användas tillsammans med estetiska lärprocesser är arbete med resiliens. Eftersom genomgåendet av estetiska lärprocesser innefattar många olika faser som kräver en viss uthållighet från individen så kan individens resiliens eller uthållighet förbättras. Genom det estetiska kan individen även få ett bättre socialt nätverk och lära sig nya sätt att handskas med svåra situationer eller känslor (se kapitel 4), vilket även ökar uthålligheten.

Genom tiden har människor intresserat sig över hur vissa människor klarar av att överkomma flera svårigheter och bli framgångsrika trots alla motgångar. Även om det länge har funnits intresse för att undersöka varför vissa individer klarar av svåra livssituationer bättre än andra, så började man forska kring ungdomars resiliens först under 1960 och 1970 talet. (Bali & Sharma, 2018; Bruijne, Boin & van Eeten, 2010, s. 13)

Resiliens innefattar genetiska, psykiska, biologiska, emotionella, kognitiva, beteendemässiga, sociala och kulturella komponenter (Friedman, 2011, s. 5). Resiliens skapas således av många olika faktorer och är inte en egenskap inom individen. Olika skyddsfaktorer som t.ex. en stabil familj och ett lugnt temperament påverkar en individs förmåga att klara av svåra situationer och vända dem till något positivt. (Bali & Sharma, 2018; Bruijne et al., 2010, s. 14–15) För ungdomar vore det väldigt viktigt att utveckla resiliens eftersom det kan hjälpa dem att klara av alla snabba förändringar som sker när man utvecklas från ungdom till vuxen (Bali & Sharma, 2018).

Det finns tre faktorer som påverkar ungdomars resiliens allra mest: en trygg grund (känsla av trygghet och tillhörighet), bra självkänsla samt en känsla av själv effektivitet (känsla av kontroll men även insikt om egna styrkor och svagheter). Utbildning, vänskap, positiva värderingar, social kompetens samt talang och intressen är andra faktorer som har visat sig påverka ungdomars resiliens positivt. (Ibid)

Även om resiliens inte är en personlig egenskap så finns det intrapersonella faktorer som kan bidra till resiliens (Bali & Sharma, 2018; Bruijne et al., 2010, s. 14–15). Olika slags erfarenheter i tidiga barndomen kan t.ex. göra att barnet utvecklar sin förmåga att lösa olika problem och en god förmåga till att lösa problem hjälper individer att klara av motgångar bättre. Vidare har forskning visat att hög IQ ofta är en faktor som kan bidra till resiliens eftersom individer med hög IQ bearbetar information snabbt och klarar sig bra akademiskt, vilket i sin tur öppnar flera dörrar. (Bali & Sharma, 2018)

Familjen spelar en stor roll i utvecklandet av resiliens. En stabil familj, positiv uppfostringsstil samt en trygg anknytning är exempel på faktorer som bidrar till resiliens. Föräldrar kan utveckla barns resiliens genom att låta dem upptäcka omgivningen samt låta barnen lära och praktisera olika viktiga värderingar och förmågor, t.ex. självrespekt, sociala förmågor, optimistiskt tänkande, empati och ärlighet. (Ibid)

Samhället kan främja resiliens genom att erbjuda bra skolor, bibliotek och samlingsplatser för att ungdomar ska ha arenor var de kan känna gemenskap, skapa sig ett socialt nätverk samt engagera sig i något. Eftersom det sker så mycket under ungdomen är det viktigt att samhället stödjer ungdomarna i att känna tillhörighet och hitta något som känns meningsfullt för dem, t.ex. någon sport eller annan aktivitet. (Ibid)

En individ som har flera skyddsfaktorer i sitt liv har bättre förutsättningar att klara av motgångar än en individ som inte har många skyddsfaktorer utan mest riskfaktorer. Genom att stödja både interna och externa skyddsfaktorer kan man utveckla en persons förmåga att klara av stressiga situationer och motgångar. Pedagogens uppgift blir att försöka utveckla och stödja individers flexibilitet, kapacitet och coping-strategier medan individen möter stressiga situationer och motgångar. (Ibid) När man arbetar med estetiska lärprocesser kan individen ofta hamna i situationer som är utmanande och stressande, pedagogen kan i dessa situationer stödja individen i att klara av situationen och upplevelsen kan bli positiv. Bara genom att t.ex. orka hålla fokus i en lite längre tid än förra gången utvecklar individens resiliens med små steg.

Ifall en individ är resilient klarar hen av att komma tillbaka efter en motgång och skapa en positiv utgång (Bali & Sharma, 2018; Bruijne et al., 2010, s. 13). En ungdom som är resilient litar på sin egna förmåga att klara av svårigheter och vågar ta övervägda risker, vilket ofta kan leda till bättre framgång. Sammanfattningsvis kan man säga att resiliens hjälper individer att klara av och balansera livets motgångar och framgångar. (Bali & Sharma, 2018)

7 Sammanfattning av teoridelen

För att sammanfatta teoridelen kan jag konstatera att estetiska lärprocesser kan vara en givande metod att använda sig av inom behandlingen av ungdomar med mental ohälsa. Estetiska lärprocesser har ett pedagogiskt värde som metod eftersom det kan påverka en individs utveckling inom flera olika områden, vilket i sin tur främjar mental hälsa. För att estetiska lärprocesser ska fungera som en metod krävs det att pedagogen själv tror på dess rehabiliterande värde samt att pedagogen har kunskaper om estetiska lärprocesser. När pedagogen behärskar estetiska lärprocesser som en metod kan man även integrera andra metoder för att ytterligare kunna stödja och handleda klienten. Användandet av estetiska lärprocesser inom mentalvården kan ge nya vindar inom området och främjar positivitet, fantasifullhet, upptäckarglädje och experimenterade bland klienter, men även professionella. I följande kapitel kommer jag att övergå till forskningsdelen av mitt examensarbete och börja med att berätta om genomförandet av min undersökning.

8 Undersökningens genomförande

I det här kapitlet kommer jag att beskriva min undersökningsmetod, presentera verksamheten varifrån jag har fått mina informanter till min undersökning och sedan redogöra för själva genomförandet av min undersökning. Jag kommer att ta upp val av informanter, datainsamlingsmetod, analysmetod av materialet och sekretess kring undersökningen.

8.1 Undersökningsmetod

Jag har valt att använda mig av kvalitativ undersökning och syftet med min undersökning är att undersöka estetiska lärprocessers pedagogiska värde som en metod inom mentalvården för ungdomar samt öka min förståelse kring estetiska lärprocesser. Kvalitativ metodik passar bra till min undersökning eftersom jag behöver få en bred och detaljerad helhetsförståelse från de arbetserfarenheter som de professionella berättar om. Några karaktäriserande drag för kvalitativ metodik är att man vill gå på djupet i det ämne som man undersöker samt att man strävar till beskrivning och ökad förståelse (Holme & Solvang, 1997, s. 78). Jag hoppas på att upptäcka nya aspekter av estetiska lärprocesser och sprida mera kunskap kring estetiska lärprocesser och den roll som det kan ha inom mentalvården.

Undersökningsmaterialet består av fem stycken muntliga intervjuer med danska pedagoger som arbetar med estetiska lärprocesser.

8.2 Presentation av Empata- center for læring og æstetik

Mina informanter arbetar alla vid Empata - center for læring og æstetik och kontakten till Empata fick jag under förra våren när jag var tre månader på praktik hos dem. Eftersom Empata inte är bekant för de flesta så anser jag det vara relevant att presentera deras verksamhet. När jag frågade informanterna ifall de vill att jag nämner deras verksamhet så sade de uttryckligen att de vill att jag nämner Empata och berättar om verksamheten.

Vid Empata får ungdomar med särskilda behov möjlighet till att genomföra en särskilt tillrättalagd ungdomsutbildning, en STU- utbildning. Detta är något som vi inte har i Finland men i Danmark finns möjligheten till en STU- utbildning ifall det särskilda behovet hos ungdomen gör att hen inte klarar av att utföra en vanlig utbildning även om hen hade fått specialpedagogiskt stöd. Ungdomarna vid Empata är 16–25 år och utbildningsförloppet varar i tre år. Ungdomarna vid Empata kan t.ex. ha generella inlärningssvårigheter, ADHD, OCD, social fobi, depression, ångest och schizofreni, eventuellt i kombination med läs- och skrivsvårigheter. Empata erbjuder flera olika verkstäder som bedriver estetisk lärande, ungdomarna kan t.ex. välja mellan: musik, foto, bildkonst, video, animation, träning och virtuell verklighet. (Center for læring og æstetik, u.å.)

Vid Empata lägger man ett stort värde på estetik och estetiska lärprocesser. En grundtanke vid Empata är att estetisk verksamhet är en fundamental grund för att den unga ska kunna utveckla sig och lära. Pedagogerna vid Empata har en tro på estetikens utbildningsmässiga, utvecklingsmässiga och kulturella värde. Vid Empata bedriver man estetisk lärande och självvärde och självtillit ses som avgörande faktorer för att en ungdom kan lära sig och utvecklas. Pedagogerna bekräftar och värdesätter ungdomarnas individuella egenskaper och har fokus på de positiva elementen i ungdomens utveckling. Detta förhållningssätt främjar ungdomens lust att lära sig. Vid Empata anser man att det är viktigt att utmana människans naturliga nyfikenhet och att stötta ungdomarnas egna uttryck. Ungdomarna ska ha möjlighet till att fördjupa sig inom något område, förundra sig och själv hitta svar för att förstå. Genom olika kreativa aktiviteter och experimenterande ska den unga ges möjligheten till att bearbeta olika upplevelser och intryck. (Æstetisk læring, u.å.)

Pedagogerna vid Empata strävar efter att hjälpa ungdomarna att forma sitt eget liv. Områden som de arbetar med vid Empata är t.ex. ungdomens kontakt med andra människor, personlig

utveckling, vuxenliv, arbetliv, fritid och känslor. Ett stort värde läggs på att ungdomen får göra sådant som intresserar hen och ungefär hälften av utbildningen består av det estetiska som intresserar ungdomen. Bo-träning är även en del av utbildningen och här övar man sig på olika kunskaper som krävs för att flytta hemifrån, som t.ex. matlagning och tvättande av kläder. Social träning och relationer är en viktig del av utbildningen och här kan fokus ligga på många olika saker som t.ex. förståelse av normer, kroppsspråk, att öva sin förmåga att lyssna, kunna hålla avtal, hålla igång samtal och förståelse för andras och egna reaktioner. (For den unge, u.å.)

Samhällskunskap, praktik och skolämnen är de sista delarna som innefattas av utbildningen. Samhällskunskapen handlar om att förstå sin plats i samhället och veta vilka skyldigheter och rättigheter man har som en aktiv samhällsmedborgare. Praktiken gör att ungdomen får pröva på vad som intresserar hen och ger en möjlighet till att utveckla t.ex. sin förmåga att ta ansvar. Till skolämnen hör danska, engelska, tyska, japanska och matematik och ifall ungdomarna vill så kan man få undervisning inom dessa ämnen. (Ibid)

8.3 Undersökningsgrupp

När jag började reflektera över vilken grupp som vore mest givande att undersöka funderade jag ifall jag skulle intervjua ungdomar som själva upplevt estetiska lärprocesser inom mentalvården eller om jag skulle intervjua pedagoger som arbetar med estetiska lärprocesser. Eftersom jag intresserar mig för hur man som professionell kan integrera estetiska lärprocesser i sitt arbete med klienter så anser jag att det är mest givande att intervjua pedagoger som arbetar med estetiska lärprocesser.

När det var klart att jag skulle intervjua pedagoger tog det inte länge före jag insåg att det med tanke på mitt syfte är mest givande att intervjua pedagoger från Danmark eftersom det i Finland inte finns något liknande ställe som Empata var man aktivt arbetar med estetiska lärprocesser med ungdomar som har mental ohälsa. Kunskapen kring estetiska lärprocesser är bristfällig i Finland och jag anser att det är värdefullt att använda sig av nätverk från olika länder för att sprida kunskap. De fem pedagogerna som intervjuades är mycket kunniga kring estetiska lärprocesser och i deras arbete ingår det att aktivt reflektera över det pedagogiska värdet av att använda sig av estetiska lärprocesser. Pedagogerna har mycket erfarenhet med att arbeta med ungdomar som har olika svårigheter och har kopplat deras kunskaper om detta med estetiska lärprocesser.

8.4 Datainsamlingsmetod

Med tanke på mitt syfte och mina frågeställningar ansåg jag att det är mest givande för mig att använda mig av intervjuer som datainsamlingsmetod. Genom att vända mig till informanter kan jag få den bästa inblicken i hur pedagoger anser att estetiska läroprocesser kan användas inom socialt arbete samt vilken inverkan estetiska läroprocesser kan ha på ungdomars utveckling och välmående. Med tanke på mitt syfte är det givande att jag får höra pedagoger beskriva vad den anser att det pedagogiska värdet är av estetiska läroprocesser.

Jag frågade personligen ledningen av Empata ifall de är intresserade av att ställa upp för min undersökning och fick omedelbart svaret att de mycket gärna ställer upp. Materialet för min forskning har jag således fått av de intervjuer som jag gjort samt genom att studera tidigare forskning och litteratur som berör mitt ämne.

Jag valde att göra halvstrukturerade intervjuer var jag hade förslag på olika teman och frågor som jag ansåg vara relevanta med tanke på teoridelen och mitt examensarbets syfte. Användandet av halvstrukturerade intervjuer gav utrymme för att ändra ordningen på frågorna samt formulera om frågorna ifall jag märkte att det fanns behov för det. Forskningsintervjun är en unik situation var kunskap skapas genom en dialog över ett ämne som intresserar båda parterna. För att kunna få ut så mycket information och kunskap som möjligt så är det viktigt att forskaren skapar en trygg och tillitsfull atmosfär. (Kvale, 1997, s. 117–118)

Det faktum att jag redan hade en relation till mina informanter hjälpte i att skapa en trygg atmosfär var informanterna kunde uttrycka sina tankar och upplevelser. Intervjufrågorna bestod av öppna frågor och ifall jag ansåg att det var meningsfullt för undersökningens syfte så kunde jag även ställa spontana tilläggsfrågor för att t.ex. klargöra vad informanten menade. Jag ville använda mig av öppna frågor eftersom det ger motparten möjlighet att själv forma samtalen samt lyfta fram det som hen anser vara relevant (Carlander, 2014, s. 173). Jag var även noggrann med att skapa tematiska frågor eftersom dessa frågor relateras till den teori som ligger som grund för själv undersökningen samt till den slutliga analysen av undersökningen, vilket hjälper att hålla en röd tråd genom examensarbetet (Kvale, 1997, s. 121).

Intervjuerna spelades in med min telefons röstinspelning och ljudet blev klart och tydligt. Jag ställde alla frågor på svenska medan informanterna svarade på mina frågor på danska. Jag anser att det är viktigt att informanterna får svara på sitt modersmål eftersom de då kan

uttrycka sig på bästa möjliga sätt och det inte finns några språkhinder. En annan viktig aspekt för mig var att intervjuerna skulle ske ansikte med ansikte eftersom jag ansåg att jag genom att hålla ett samtal med pedagogerna kunde få fram mera kunskap än om jag bara skulle skicka mejl åt informanterna. Jag flög till Köpenhamn för att intervjua pedagogerna och när jag kom dit så bokade vi in alla fem intervjuer. Tre av mina informanter arbetar inom ledningen av Empata och de hade redan tidigare sagt att de vill ställa upp, de andra två pedagogerna frågade jag när jag var på plats vid Empata. Det tog en vecka för mig att göra alla intervjuer.

8.5 Sekretess och etiska aspekter

Något av det viktigaste för en forskare är att trygga konfidentialitet, detta innebär att ingen ska kunna koppla ihop undersökningens svar med någon person (Kvale, 1997, s.104–105). Jag har varit noggrann med att trygga konfidentialiteten och var väldigt tydlig med att säga åt alla informanter att de är helt anonyma i min undersökning. Jag klargjorde även att eventuella namn som de nämner också blir anonyma. Jag frågade ledningen ifall jag fick lov att publicera namnet på deras verksamhet och fick svaret att jag absolut ska presentera Empata och nämna verksamhetens namn.

Som forskare bör man tänka på hur ens publicerade arbete kan påverka personerna eller verksamheten (Kvale, 1997, s.104–105). Jag har reflekterat över hur detta arbete kunde påverka mina informanter och verksamheten och anser att mitt arbete inte kan ha någon skadlig eller negativ påverkan. Jag har sett till att ingen annan har sett forskningsmaterialet och efter att jag hade analyserat materialet förstördes det så att det inte skulle hamna i fel händer.

I min undersökning finns det etiska aspekter som jag var medveten om. Jag var medveten och förberedd på att pedagogerna som jag intervjuade kommer att dela med sig av personliga upplevelser och ibland känsliga ämnen. Jag har dock inte det mest känsliga ämnet som jag undersöker eftersom det hör till pedagogernas uppgift att evaluera effekten av estetiska lärprocesser för ungdomar med mental ohälsa. Pedagogerna är således vana med att tänka i dessa banor och eftersom hela deras verksamhet bygger på användandet av estetiska lärprocesser så har pedagogerna en tro på att deras metoder har en positiv effekt för individerna.

9 Resultatredovisning

Resultatredovisningen innebär att jag kommer att beskriva resultatet av min undersökning samt jämföra detta resultat med den teori som jag har skrivit. Jag har gjort en tematisk analys av mina intervjuer, detta innebär att jag efter att ha transkriberat alla intervjuerna systematiskt har läst igenom alla svar som jag har fått för mina olika frågor och sedan analyserat dem genom att jämföra svaren med varandra, se hur många som nämnde samma sak, vad som stämde överens med min teori samt vilka nya aspekter som dök upp från informanternas svar. Slutligen har jag sammanfattat det mest centrala i svaren och belyser mina tolkningar med direkta citat från informanternas uttalanden. Rubriken för varje underkapitel är den fråga som jag ställde mina respondenter och under rubrikerna kommer jag sedan att redogöra för de svar som jag fick av informanterna.

9.1 Vad är en estetisk upplevelse?

Den estetiska upplevelsen beskrivs både som den upplevelsen man kan få när man betraktar något och den upplevelsen man kan få nära man själv är delaktig och skapar det estetiska. Det är två olika upplevelser ifall man betraktar något eller om man själv är delaktig i att skapa det estetiska. Alla informanter berättade inte om båda typerna av estetisk upplevelse, två stycken berättade om estetisk upplevelse var man själv är delaktig, två berättade om estetisk upplevelse var man är en betraktande del och en av informanterna berättade om båda aspekterna. Det som dessa två variationer av estetiska upplevelser har gemensamt är att individen som har den estetiska upplevelsen på ett eller annat sätt blir stimulerad och den estetiska upplevelsen väcker t.ex. tankar och känslor inom individen. Det handlar om att individen får ett intryck av något som sätter igång en process. Informanternas tankar om att den estetiska upplevelsen väcker något inom individen stämmer överens med Deweys tankegång (se kapitel 3.2).

Den estetiska upplevelsen handlar om att individen är i växelverkan med omgivningen på något vis, t.ex. att individen betraktar en tavla som sedan ger upphov till någon känsla inom individen. Denna interaktion med omvärlden och individens förmåga att påverkas och själv påverka omvärlden är något som jag tog upp i kapitel 3.2 i min teoridel. En informant uttryckte sig på följande sätt angående det utbyte som sker mellan individen och omgivningen när hen har en estetisk upplevelse:

”Den estetiska upplevelsen är när ungdomen arbetar med ett estetiskt uttrycksmedel och i den processen får det som föregår inom dem en symbolisk form. Den estetiska upplevelsen är ungdomens

möte med sig själv men utanför sig själv. Det som de skapar gör att de får det inre ut och sedan kommer det in igen. De möter sig själv i en extern form.”

En av informanterna påpekade att när man har en estetisk upplevelse som en betraktande del så väcker det ofta ett behov av att uttrycka sig på ett annat sätt än med ord, på ett annat språk. En annan informant sade även att det estetiska blir som ett eget språk och uttryckte sig på följande sätt:

”Låt oss säga att en ungdom inte kan spela ett instrument men får ett instrument i handen och lugnt och försiktigt börjar arbeta sig in i olika toner. Tonerna som ungdomen då uttrycker sig med blir då ett eget språk som kan användas för att uttrycka känslor. Ifall ungdomen t.ex. är ledsen så kommer det fram i tonerna.”

Den estetiska upplevelsen är en del av den estetiska lärprocessen, men det innebär inte att en individ alltid genomgår en estetisk lärprocess när hen har en estetisk upplevelse. När en individ har en estetisk upplevelse genom att betrakta något, t.ex. att se på en tavla eller lyssna till musik, så genomgår inte hen en estetisk lärprocess eftersom det krävs att individen själv skapar något och är aktiv för att hen ska kunna genomgå en estetisk lärprocess. Att individen själv måste vara aktiv och skapa sin unika tolkning och uttryck är något som jag nämnde i kapitel 3.2 och 3.4.

Även om mina informanter inte med orden nämnde de olika komponenterna som Dewey menar att finns inom den estetiska upplevelsen (se kapitel 3.2), så kan man från det som mina informanter har berättat se att de har beskrivit de olika komponenterna indirekt. Den känslomässiga dimensionen har nämnts när de har berättat om att den estetiska upplevelsen väcker känslor, den praktiska dimensionen har blivit nämnt när de har beskrivit hur individen är i samverkan med omgivningen och den intelligenta dimensionen kom fram i det att ungdomarna skapar ett eget språk som ger mening för dem.

9.2 Hur skulle du beskriva en estetisk lärprocess?

Den estetiska lärprocessen handlar mycket om en individs personliga utveckling och estetiska lärprocesser ger en möjlighet till att uppleva sig själv i den omvärld och kultur som man befinner sig i (se kapitel 3.4.2 om den kulturella dimensionen). Det grundläggande inom estetiska lärprocesser är att man arbetar med sina känslor och sinnen, vilket stämmer överens med det som jag skrev i min teoridel i kapitel 3.4.1. Alla mina informanter beskrev med egna ord att en individ går igenom en viss process när hen genomgår en estetisk lärprocess och det som tre av mina informanter betonade var att den estetiska lärprocessen alltid börjar med en impuls. Impulsen kan t.ex. uppstå när man spelar några toner på en gitarr och denna

impuls sätter sedan igång något, en perception sker på intryckssidan. Impulsen ger ett behov till att uttrycka det man har inom sig och man börjar söka ett medel som man kan uttrycka sig på. (Se kapitel 3.4.1 om impuls).

Impulsen som individen får ger en drivkraft och vilja till att uttrycka det man har inom sig. Två av mina informanter nämnde teorin om spiralen, som går ut på att man aldrig når impulsens renaste form och detta ger upphov till en stark inre drivkraft eftersom man verkligen vill uttrycka det som man har inom sig. När man har hittat ett medium att uttrycka sig med, t.ex. musik, så börjar man arbeta i en spiral kring impulsen. I början är man långt ifrån impulsen men så börjar man långsamt arbeta sig närmare impulsen. Det är väldigt typiskt att konstnärer upplever att deras arbete inte känns helt rätt och detta beror på att man inte helt kan pricka det som man har inom sig, vilket gör att man vill fortsätta. Denna inre drivkraft som gör att man vill fortsätta uttrycka sig beskrevs även enligt Dewey i kapitel 3.4.1.

Det estetiska uttrycket är en del av den estetiska lärprocessen och en av mina informanter beskrev vad det är genom att berätta om en solnedgång. Understående citat visar även en tanke om att det som man har inom sig får en symbolisk form (se kapitel 5), samt påvisar ett samband mellan impuls, känsla och efterföljande behov av att uttrycka sig, som även blev nämnt tidigare.

”En solnedgång kan i sig själv inte vara ett estetiskt uttryck eftersom det inte är skapat av en människa. Solnedgången kan vara vacker, men det är inte ett estetiskt uttryck. Ifall man ser på en solnedgång kan det starta en impuls som sätter igång något inom en, t.ex. ett minne eller en känsla. Man får ett behov av att uttrycka något och man vill t.ex. skriva en låt kring det. Även om solnedgången har varit vacker kan det vara att man går hem och målar något ledsamt eftersom det helt enkelt har satt igång något inom en. Det handlar om att man symboliskt har fått uttrycka något som man inte kan få ord på.”

De två övriga informanterna beskrev den estetiska lärprocessen på ett lite annorlunda sätt, en av informanterna fokuserade på de olika skeden som en individ genomgår i processen medan den andra valde att fokusera på att man genom det estetiska kan lära sig saker på ett annorlunda sätt är mera traditionella inlärningsmetoder som ofta används i t.ex. skolan. Istället för skollära har man estetiskt lärande och genom det estetiska kan individen lära sig en mängd saker utan att det faktiskt läggs ett så stort fokus på att situationen är en inläringssituation. Flera av ungdomarna vid Empata tappar intresse och fokus ifall man skulle prata om logiskt lärande medan man genom estetiken kan lära sig att behärska olika saker, få en djupare självinsikt och få positiva erfarenheter av att lära sig något.

Informanterna som fokuserade på de olika skeden inom den estetiska lärprocessen berättade att den estetiska lärprocessen är en process som sker under en viss tid och under denna tid går individen igenom olika faser. Första fasen är att individen får en idé och utifrån detta bestämmer hen sedan för vilket medium hen ska använda för att förverkliga sin idé. Som nästa handlar det om att lära sig de olika verktygen som används inom det valda medium, t.ex. teknik inom målning. När man sedan har lite kunskaper om verktyget kan man sätta igång med att skapa något. Under processen har individen en dialog med materialet och det är inte ovanligt att det skapas motstånd mellan en själv och materialet, t.ex. att man skulle vilja måla bättre än vad man gör. Att slutligen reflektera över samt presentera det man skapat är även viktigt eftersom det man skapat kommer i kontakt med omvärlden och man får en gemensam upplevelse med de andra, ett gemensamt språk och en social dimension kommer med i bilden. Dessa olika skeden inom den estetiska lärprocessen kan jämföras med de olika skeden i hela arbetsprocesser som jag nämnde i kapitel 6.5.1.

9.3 Hur anser du att kreativitet förhåller sig till estetiska lärprocesser?

Alla fem informanter framhöll att kreativitet är ett väldigt brett begrepp och att man ska vara lite aktsamt med hur man använder begreppet. En annan gemensam sak var att det kreativa helt klart är en viktig del av estetiska lärprocesser och att det behövs kreativitet för att kunna uttrycka sig estetiskt. Följande citat belyser informanternas tankar kring begreppet kreativitet:

”Kreativitet är ett roligt begrepp, jag pratar hellre om ett estetiskt uttryck där man använder sina egna val som ofta blir kreativa val. I det estetiska går man in med sina sinnen, känner efter och detta i sig blir kreativt.”

Överstående citat antyder att kreativitet är något som automatiskt uppstår i den estetiska lärprocessen när man arbetar med sina sinnen och känslor. Kreativitet ses således som en naturlig del av den estetiska lärprocessen. Den andra informanten hade lite andra tankar kring kreativitet och betonade kreativitetens pedagogiska betydelse i och med att man kan lära sig mycket om sig själv och om andra genom kreativ verksamhet:

”Jag ser det kreativa som ett språk som man kan uttrycka sig med och lära känna sig själv och andra. Man kan spegla sig själv med andra och det kreativa kan utveckla människor på riktigt många områden. Utveckling kan ske både inom det personliga och det professionella.”

De egna definitionerna som informanterna gav stämde överens med Fenyös definitioner av kreativitet som jag nämnde i kapitel 3.5. I de två följande citat kan man se två av mina informanters liknande tankegång som Fenyö:

”Kreativitet handlar om divergent thinking. Det är en förutsättning för kreativitet att man kan se olika möjligheter.”

”Man kan förstå det kreativa på många olika sätt. Det handlar om en förmåga att omsätta olika idéer till produkter och hitta på otraditionella tankesätt. Man väljer ofta den lösning som andra kanske inte förväntar sig.”

Jag frågade även mina informanter hur kreativitet anknyter till estetiska lärprocesser och i informanternas uttalanden kan man se att det finns ett band mellan det kreativa och det estetiska. En intressant aspekt som en informant tog upp är att man genom att arbeta estetiskt kunde utveckla sin kreativa förmåga, detta påvisar ännu en till pedagogisk aspekt inom den estetiska lärprocessen. I nedanstående citat kommer pedagogernas tankar kring kreativitetens anknytning till estetiska lärprocesser fram och även i dessa uttalanden kan man se att det kreativa ses som en naturlig del av det estetiska:

”Kreativ tankegång passar mycket bra in i det estetiska eftersom det kommer i uttryck när man reflekterar över hur man ska uttrycka något. Det är t.ex. skillnad mellan vilka ord man väljer att uttrycka sig med när man skriver en låt; använder man sig av symboliskt språk eller är man ganska rakt på sak?”

”Man kan inte utöva estetiska lärprocesser utan en viss grad av kreativitet.”

Två av mina informanter riktade tydlig kritik mot begreppet kreativitet och ville betona att det kreativa inte endast hör till estetisk verksamhet. Denna tankegång om att det kreativa ofta har kopplats till det estetiska samt att begreppet är väldigt brett tog jag upp i kapitel 3.5 av teoridelen. I följande citat syns den kritiska tankegången som två av mina informanter hade:

”Ofta sägs det att kreativitet bara har med konst att göra, vilket är fel. Ingen har patent på det kreativa, men självklart så är kreativitet en del av det estetiska.”

”Kreativitet är inte något som endast är knutet till estetik. Man kan vara kreativ inom alla områden, t.ex. inom programmering eller andra fält.”

”Jag vill säga att estetiska verksamheter är en del av det kreativa, kreativitet är ett större begrepp än det estetiska.”

En av mina informanter lyfte fram värdet av kreativitet och den nedvärdering av begreppet som ofta kan finnas inom institutioner och skolvärlden. Detta är något som jag även lyfte fram i kapitel 3.3.1 och det var intressant att höra att kreativitet även nedvärderas till en viss grad i Danmark. I följande två citat kommer liknande resonemang fram som jag förde fram i kapitel 3.3.1:

”Både det estetiska och det kreativa har ofta blivit använt på lite dåligt sätt inom institutioner. Ifall du inte kan göra något så kan du teckna för att fylla ut tiden.”

”Det gäller att arbeta för att hålla det kreativa i liv eftersom det finns ett enormt värde i det kreativa. I skolvärlden lägger man ofta mindre värde på kreativa ämnen, ’man sitter bara och tecknar eller spelar trummor’. Det kreativa används inte på rätt sätt och dess värde tas inte ut till det fulla, det kreativa används då bara som tidsfördriv.”

9.4 Vad är det pedagogiska värdet av estetiska lärprocesser?

Jag frågade mina informanter vad det pedagogiska värdet av estetiska lärprocesser är, det vill säga vad en individ kan lära sig från estetiska lärprocesser samt hur det kan påverka välstånd och utveckling. I svaren kom det fram att en ungdom som genomgår estetiska lärprocesser kan utvecklas både personligt, professionellt och socialt.

Fyra av mina fem informanter framhöll att det främsta som en individ kan lära sig av estetiska lärprocesser är kunskap om sig själv, det vill säga självkänedom. Genom att aktivt arbeta med sina sinnen och känslor så kommer individen i kontakt med hens känsloliv. (Se kapitel 3.5). Estetiska lärprocesser kan även öka en individs kunskap till att läsa av sin omgivning, t.ex. olika sinnesstämningar. Nedan är några exempel på svar kring självkänedom och känslor:

”Att kunna använda sig av och uppta sitt känsloliv är värdefullt och en viktig del av livet. Man lär sig att ta reda på sin egna position i relation till olika saker.”

”Först och främst lär man sig kunskaper om sig själv. Man vilar mera i sig själv, vet vad man kunde tänka sig och en önskan till ett eget liv skapas.”

”Man lär sig att ta avstånd från sådant man inte gillar men även vilka saker man gillar. Varje gång man möter något som man inte gillar så får man reda på många saker om sig själv. T.ex. om man ser en målning så kan man uppleva att man gillar det eller inte, denna reaktion visar något om ens personlighet.”

Utöver självkänedom så var samverkan och förståelse för sin omgivning teman som alla informanter berättade om. Genom att arbeta med estetiska lärprocesser kan man förstå samt hitta sin egen plats i samhället, det estetiska kan alltså hjälpa en att hitta sin väg i livet. Eftersom man arbetar med kulturens tekniker (t.ex. musik, fotografering, video, måleri), när man arbetar estetiskt så lär man sig även om olika slags kulturer och man får även en kontakt och bättre förståelse för det samhälle man lever i. (Se kapitel 4 och 3.4.2). De professionella kunskaperna kan utvecklas när individen lär sig att arbeta med olika verktyg som används inom det uttrycks sätt som hen har valt. I följande citat syns sambandet mellan individ och omvärld:

”Estetiska lärprocesser handlar även om kultur, man lär sig vem man är i förhållande till omvärlden”.

”Flera människor med diagnoser kan vara djupt inne i sitt egna universum. När individerna sitter ner och spelar, målar så ser de plötsligt världen på ett annat sätt och andra kan även förstå en bättre.”

”Jag kan komma med många exempel på ungdomar som har utvecklat deras självrespekt, blivit en del av en gemenskap, sett sig själv i ett sammanhang samt hittat en plats i samhället.”

Ungdomar som genomgår estetiska lärprocesser utvecklar sin förmåga till att känna igen andras estetik, det vill säga att de blir bättre till att ta emot intryck från omvärlden och reflektera över dessa intryck i relation till deras egna preferenser. Utöver att individen lär sig att ta emot stimuli och sedan tolka det, så lär sig även individen att skapa ett eget språk för att kunna reagera på omvärlden men även på det som finns inom en. Estetiska lärprocesser ger även individen en möjlighet att utvecklas socialt eftersom man är i kontakt med andra människor och det ofta skapas mycket gemenskap inom estetiska lärprocesser (se kapitel 3.4.2).

En aspekt som tre av mina informanter tog upp var att estetiska lärprocesser ger individen möjlighet till att utveckla sin förmåga till att reflektera över olika val och sedan välja det val som man själv anser att är bäst för en. (Se kapitel 3.3 om Deweys tankar kring val i estetiska lärprocesser). Orsaken till att man utvecklar sin förmåga att göra val är för att man inom den estetiska lärprocessen ständigt ställs inför olika valsituationer och då krävs det att individen reflekterar över vad hen vill göra och varför, vilket i sin tur ökar självkänndomen som behandlades tidigare i detta kapitel.

Det är en viktig förmåga att kunna göra val utifrån ens egna känslor och behov eftersom man annars kan uppleva att man inte har kontroll över sitt liv vilket ofta leder till stress och ångest. I dagens samhälle är det även väldigt behövligt att kunna göra val utifrån ens egna behov eftersom det finns så många möjligheter hela tiden och det är lätt att man som ungdom ”drunknar” i alla dessa möjligheter. I nedanstående citat belyser en informant sambandet mellan de nämnda utmaningarna i dagens samhälle och förmågan att göra val enligt sig själv:

”En riktigt svår sak med att vara människa idag är alla dessa val, hur ska man orientera sig och hur ska man skapa sin väg i livet? Det finns en massa möjligheter och plötsligt sitter man där med en massa val som man inte själv gjort och har det skit. I Danmark har vi ett uttryck som heter att ”man ska ha sig själv med” medan man gör val. Genom det estetiska får man kunskap till att göra val var man har sig själv med.”

9.5 Har du sett en ungdom påverkas av estetiska lärprocesser? Hur?

Jag frågade mina informanter ifall de har något konkret exempel på någon ungdom som de anser att har utvecklats. En av mina informanter förde fram en viktig synpunkt på min fråga när hen sade att; *”Hur vi upplever att estetiska lärprocesser påverkar ungdomarna är något vi tror vi ser, men vi kan inte helt säkert veta eftersom man aldrig kan veta exakt vad som leder till utveckling.”* Min fråga är således lite problematisk eftersom man inte kan bevisa att det är specifikt estetiska lärprocesser som har lett till en observerbar utveckling inom en ungdom. Även om min fråga är aningen problematisk så förde informanterna ändå fram flera exempel på hur ungdomar har haft nytta av estetiska lärprocesser.

Något som kom fram i fyra av mina informanters svar är att de har sett en utveckling hos ungdomar som har sociala problem som t.ex. socialfobi och ångest. Estetiska lärprocessers inverkan på en individs sociala utveckling togs upp i kapitel 4. Alla informanter sade att de har många olika exempel att välja mellan och även om det är svårt att säga exakt vad som leder till en individs utveckling inom något område så är det tydligt att estetiska lärprocesser kan ha en positiv inverkan på individens liv. Följande citat är ett exempel på hur två informanter förde fram ungdomars sociala utveckling:

”Jag har sett flera ungdomar som har utvecklats inom många olika områden. Jag har t.ex. sett en utveckling inom det sociala området i och med att ungdomen t.ex. har mindre ångest.”

”Flera ungdomar vid Empata har det svårt socialt, har mycket ångest och blir introverta. Typiskt är att de inte tar kontakt utan väntar på att någon ska göra det. Ifall ingen tar kontakt så kan det gå en hel dag utan att de pratar med någon och de isolerar sig. Jag brukar närma mig dessa ungdomar genom att vara närvarande och tala på det viset att de vet att de kan komma till mig ifall de vill teckna eller måla. Till sist tar den unga mod till sig och säger att hen vill gärna måla. De har då utvecklat sin förmåga till att säga vad de vill samt ta kontakt.”

När en ungdom har sagt vad de vill göra blir utgångspunkten annorlunda eftersom pedagogen tar utgångspunkt i deras önskan och den unga känner även ett större ansvar för att utföra det som man bestämt sig för att göra. Medan man arbetar med det estetiska blir den unga så småningom trygg med pedagogen och ett naturligt samtal skapas. Snart börjar man prata om andra saker än det man skapar och denna positiva erfarenhet av kontakt utvecklar den ungas förmåga till att lita på vuxna och hen får även lättare till att skapa kontakt med omvärlden.

Två av mina informanter berättade om utvecklingen hos samma ungdom. Ungdomen de berättade om hade mycket svårt med autism och ångest när hen kom till Empata. Hen gillar mycket tung musik och när hen kom till Empata så fick hen möjlighet till att spela den musik som hen hade inom sig. Ungdomen upplevde att hen inte är normal och skrek och ropade

när hen spelade sin musik. När ungdomen sedan uppträdde med sin låt hände något värdefullt:

”Hens musik, känslouttryck, blir bekräftat, och hen upplever att hen kan förbinda sig med andra samt att det finns andra som hen kan spela med och som förstår hen. Hen blir en del av en gemenskap och kan även sätta sig själv i ett större sammanhang ute i världen, både i ett historiskt sammanhang och i punkvärlden. Den desperation som hen kände blev en utgångspunkt till en massa olika helande processer. Egentligen hade hen svårt med att hen inte anser sig vara normal men den upplevelsen får ett värde som ger hen väldigt mycket av det som hen har saknat.”

Berättelsen fortsätter med att de två informanterna berättar om att ungdomen nu är igång med en annan examen även om hen tidigare hade svårt att sitta still under en längre tid. Genom musiken har ungdomen fått nya, positiva, upplevelser kring sina möjligheter till att lära nya saker och när hens självförtroende har ökat och hen har fått utlopp för sina känslor så har det skapats utrymme inom hen för att lära sig något på ett mera traditionellt sätt. Tidigare var ungdomen mycket begränsad i sitt känsleregister och tog inte andra i beaktande, men när hen fick uttrycka det som hen hade inom sig upptäckte hen att hen har ett uttryckssätt och en medvetenhet om sina känslor utvecklades medan känsloregistret blev mera kärleksfullt.

En av mina informanter berättade om en ungdom som hade orealistiska drömmar med tanke på de förutsättningar som hen hade. Dessa drömmar visade sig vara något som hen gömde sig under och inte egentligen ville. Pedagogernas uppgift blev att hjälpa hen till att hitta hens styrkor. Genom att arbeta med olika praktiska saker ökade ungdomens självförtroende och det visade sig att ungdomen var väldigt bra med barn. Hen slapp på praktik vid ett daghem och studerar idag till pedagogassistent. Vid Empata får ungdomarna alltså en möjlighet till att utveckla sitt självförtroende vilket hjälper dem mycket i att hitta deras styrkor samt en väg i livet. I kapitel 4 nämner jag hur estetiska lärprocesser kan påverka självförtroendet. Pedagogerna har vissa förväntningar och krav på de unga som de kanske inte har hemifrån. Informanten uttryckte sig på följande vis:

”Det att man har krav på de unga gör att de utvecklas och får bättre självförtroende. Det har en stor inverkan på ungdomars välmående och utveckling.”

9.6 Vad krävs av en pedagog som arbetar med estetiska lärprocesser?

Eftersom en av mina frågeställningar är hur man kunde införa estetiska lärprocesser inom mentalvården så frågade jag mina informanter vad som krävs av pedagoger som arbetar med estetiska lärprocesser för att få en djupare förståelse för hurdan personal som krävs för att skapa en verksamhet som använder sig av estetiska lärprocesser. Detta är något som jag till en viss del behandlade i kapitel 5 och 5.1.

Mina informanter svarade väldigt enigt på denna fråga och bara få av mina informanter förde fram något synsätt som de övriga inte förde fram. Eget intresse för den estetiska väg man valt, teknisk kunskap, kunskap om estetiska lärprocesser samt självdisciplin och självmedvetenhet är teman som flera informanter berättade om.

En av mina informanter framhöll vikten av att man som pedagog är passionerad över den estetiska linje man har valt eftersom det behövs för att man ska kunna motivera och inspirera andra. Detta stämmer överens med de resonemang som jag hade i kapitel 5 samt 5.1. Som tre andra av mina informanter så framhöll hen även att det krävs att pedagogen har en viss teknisk kunskap kring det medium som man arbetar med, t.ex. målning. Vid behov måste pedagogen kunna förmedla en viss teknisk kunskap åt ungdomen så att ungdomen kan uttrycka sig.

Utöver kunskap kring olika tekniker är det väldigt viktigt att pedagogen har förståelse och kunskap kring estetiska lärprocesser (se kapitel 5). Pedagogen bör veta när hen ska ge råd angående det kreativa som man utövar, t.ex. råd om hur den unga lättare kan spela ett visst ackord, och när hen bör ta ett steg tillbaka och låta ungdomen uttrycka sina känslor och tankar. För att klara av att ta ett steg tillbaka bör pedagogen ha självdisciplin samt självmedvetenhet eftersom man hela tiden bör reflektera kring vad man gör och varför man gör det. När ungdomen är i den estetiska lärprocessen är det viktigt att ingen stör denna process eftersom processen annars kan brytas och uttrycket blir inte personligt. Nedanstående citat visar balansen mellan att ge tekniska råd och hålla sig undan och belyser varför det är viktigt att pedagoger har kunskap kring estetiska lärprocesser:

”När ungdomen är i den estetiska lärprocessen bör pedagogen akta sig för att påverka den unga. Man är inte på det viset en musik undervisare, det viktiga är att ungdomen får genomgå den estetiska lärprocessen helt för sig själv. Det handlar således inte om att man ska få den bästa musiken ut från processen utan att den unga får se sig själv komma ut genom processen.”

”När det gäller teknik kan man lägga sig i men när det handlar om känslor eller användandet av sinnen så ska man inte avbryta. Ifall pedagogen lägger sig i försvinner värdet av den estetiska lärprocessen eftersom det inte blir ungdomens unika uttryck.”

”Pedagogen måste veta när man ska komma med input som är utvecklande och när man ska dra sig undan och låta ungdomen utvecklas.”

Eftersom man hela tiden arbetar med känslor och sinnen när man arbetar med estetiska lärprocesser så är det viktigt att pedagogen har en analytisk förmåga och hela tiden observerar samt analyserar vad ungdomens olika uttryck kan ha för mening. Det tar energi att hela tiden försöka tolka vad olika slags uttryck kan betyda och när man gör tolkningar krävs det att man har en helhetssyn över ungdomen. Ifall man har svårt att göra en tolkning så kan man alltid fråga ungdomen och samtal är en värdefull del av estetiska lärprocesser. Genom samtal kan man hjälpa den unga att själv tolka sin produkt och koppla det till sig själv, det är dock viktigt att se till att man inte tolkar produkten för ungdomen utan att man bara hjälper den unga i sin tolkning genom att t.ex. ställa öppna frågor. Följande citat belyser vikten av att pedagogen har analytisk förmåga:

”Pedagogens analytiska förmåga är viktig för att man ska kunna stödja ungdomen i deras utvecklingsprocess. Det handlar om att se deras uttryck, var ungdomen är i deras utvecklingsprocess samt i vilken riktning de går. Vart har de behov av att ledas?”

”Pedagogen ska hela tiden vara uppmärksam, ibland kan den unga t.ex. ha ett hinder för att uttrycka det som finns inom hen, då kan pedagogen t.ex. komma in och ge några tekniska råd med gitarren.”

9.7 Vilka utmaningar finns med att arbeta med estetiska lärprocesser?

Det finns helt klart utmaningar med att arbeta med estetiska lärprocesser och mina informanter förde fram flera olika utmaningar som kan uppstå när man arbetar med estetiska lärprocesser. Utmaningarna kunde bero på faktorer inom klienten, samhälle eller pedagogen.

När jag analyserade materialet märkte jag att jag inte har tagit upp någon av de utmaningar som informanterna nämnde i min teoridel, vilket är intressant. En del saker går att anknyta till min teoridel men jag har inte specifikt behandlat dem som utmaningar. En orsak till att det är en skillnad mellan de utmaningar som jag skrev om i min teoridel och de utmaningar som informanterna förde fram är antagligen att jag i min teoridel fokuserade på utmaningar i att integrera estetiska lärprocesser inom mentalvården medan jag i min fråga till informanterna hade lite annat fokus eftersom jag frågar om utmaningar med själva metoden. Informanternas svar kan dock användas till att få ytterligare kunskap kring vad som kan vara svårt med att använda sig av estetiska lärprocesser och detta är även av relevans eftersom jag undersöker hur man kunde integrera estetiska lärprocesser inom mentalvården.

Två av mina informanter betonade att en utmaning är att vara medveten om vilken del av sig själv man använder, det vill säga att man är medveten om man är professionell, personlig

eller privat. Jag vill påstå att alla som arbetar inom sociala området har varit tvungna att reflektera över vilka gränser som man själv har när det kommer till att vara personlig med klienter och att hålla en balans mellan att vara professionell och personlig kan ibland vara utmanande. Ifall man inte är medveten om vilken del av sig själv man använder kan det hända att man som pedagog börjar göra saker för att man har ett behov av att få ett privat behov mött, t.ex. att man söker bekräftelse för att man har dåligt självförtroende. När man arbetar med klienter krävs det att man ständigt reflekterar över sig själv så att man vet varför man gör det man gör eftersom pedagogiska fel annars kan uppstå. Följande citat belyser vikten av att veta vilken del av sig man använder:

”Det gäller att ha fokus och vara uppmärksam på sina egna ambitioner. Gör man något bara för att man själv vill det? Man ska alltid vara uppmärksam på om man gör något för ens egen skull eller för någon annans skull.”

”Att arbeta med estetiska lärprocesser kräver mycket av pedagogen eftersom man arbetar mycket med sig själv. Man måste ha en hög grad av reflektion och hela tiden överväga vilken del av sig själv man använder för att man inte ska bli utbränd.”

En informant förde fram en intressant aspekt när hen påpekade att det inte finns någon utbildning var man kan lära sig att arbeta med estetiska lärprocesser. För att man ska kunna arbeta med estetiska lärprocesser krävs det således ofta att man själv har upplevt estetiska lärprocesser (se kapitel 5.1) och har en förståelse för vilka komponenter som hör till den estetiska lärprocessen. För att kunna stödja ungdomar i deras utvecklingsprocess krävs att pedagogerna har kunskaper både kring estetiska lärprocesser och mentalvård eftersom man då bättre kan veta vad individen har behov av att få hjälp och stöd med. Följande citat belyser vikten av att pedagogen kan tolka en individs beteende för att veta hur man kan stötta individen på bästa sätt:

”Det gäller många gånger att man själv har ett eget intresse för estetiska lärprocesser och har arbetat med det så att man t.ex. ser ifall ungdomen är i en konstnärlig kris, som kan vara mycket utvecklande, eller ifall det kanske är en psykisk kris som kräver något helt annat.”

Tre av mina informanter förde fram att det är utmanande att arbeta med estetiska lärprocesser i grupp. Det går att arbeta med estetiska lärprocesser i grupp men det kräver att pedagogen är medveten om att processen är annorlunda när man arbetar med estetiska lärprocesser i grupp och att man planerar aktiviteten pedagogiskt så att man främjar att varje enskild individ får genomgå en estetisk lärprocess. Informanterna betonade att man bör hitta en gemensam utgångspunkt när man arbetar med estetiska lärprocesser i grupp:

”Det är omöjligt att göra estetiska lärprocesser i grupp ifall den ena sjunger rap och den andra dansband, man måste hitta en gemensam utgångspunkt.”

”Det behövs mera metoder och rutiner ifall man arbetar med estetiska lärprocesser med en större grupp. Ifall två har olika diagnos och är på olika nivå så är det svårt för dem att uttrycka sig individuellt. Om man t.ex. spelar på instrument som man behärskar men är på olika nivå så är det ofta en utmaning. Det är då bättre att alla spelar på nya instrument eftersom man då är på samma nivå, har något gemensamt att utgå ifrån och kan upptäcka sina instrument tillsammans.”

En av mina informanter berättade om tre olika saker inom ungdomen som kan skapa utmaningar för pedagogen. Hen sade att elevens passivitet är det värsta eftersom det närmst är en förutsättning att den unga har ett behov av att uttrycka sig för att det ska fungera att arbeta med estetiska lärprocesser (se kapitel 4). Pedagogen bör arbeta för att starta igång en process inom individen och motivationsarbete är vanligt (se kapitel 3.3). Vidare kan det vara utmanande ifall ungdomen har en viss bild av pedagogens roll och förväntar sig att pedagogen t.ex. ska skriva låten åt hen. Pedagogens uppgift blir då att introducera den unga till estetiska lärprocesser samt hur de tillsammans kan arbeta med det. Den sista utmaningen som kan finnas inom ungdomen är att hen kan ha idoler och vissa föreställningar om hur hen ska uttrycka sig. Ungdomen kan vara väldigt djupt inom en kultur och det blir då pedagogens uppgift att försöka locka fram det som individen har inom sig. Följande citat beskriver pedagogens arbete med att försöka locka fram det som individen vill uttrycka från det inre:

”En ungdom kanske t.ex. bara vill rappa om New York, pedagogen kan då ställa frågor kring varför hen vill göra det för att se vilken koppling detta har till det personliga. Genom samtal kan pedagogen då försöka skuffa undan kulturen en del för att ge rum åt det inre, vilket är utmanande.”

En pedagog förde fram en personlig utmaning som hen kan känna, nämligen att man ibland kan ha svårt med att hålla positiviteten och energin uppe. För att kunna inspirera andra krävs det att man som pedagog är entusiastisk och ifall man på en lång tid inte möts av någon entusiasm finns risken att man blir lite rastlös och skulle vilja att saker skulle gå snabbare framåt. Ifall man upplever att man försöker och försöker men inte får någon respons så kan man bli empati trött, men när man väl får tillbaka energi så är det väldigt givande. Detta är något som jag även är säker på att är bekant för personer som arbetar inom sociala området eftersom man ger mycket empati och utvecklingen ofta kan ske långsamt. Pedagogen använde en liknelse om en jonglör för att beskriva detta fenomen:

”Ifall man tänker som en jonglör så är man van med att kunna bolla idéer fram och tillbaka med varandra. Men unga med svårigheter fångar inte alltid bollen och tappar den. Ofta plockar de inte upp bollen själv och pedagogen bör då plocka upp bollen och igen pröva kasta den till ungdomen. Som pedagog kan man bli lite trött av detta och det krävs att man hela tiden kommer med ny energi och positivitet.”

9.8 Vilka metoder använder du i samband med estetiska lärprocesser?

När jag frågade mina informanter vilka metoder eller verktyg som de använder tillsammans med estetiska lärprocesser så fick jag ganska varierande svar även om vissa metoder och tankar framkom flera gånger. Det är dock synligt att det finns kvalitativa skillnader i förståelse av frågan som jag ställde eftersom svaren varierade från en mera ytlig tolkning av min fråga till att gå mera på djupet och till och med reflektera över olika vetenskapsområden som ligger som grund för det pedagogiska arbetet.

De vetenskapsområden som mina informanter nämnde och som kan ses ligga som en grund för det pedagogiska arbetet är pedagogik, sociologi och psykologi. Alla informanter nämnde vikten av ett pedagogiskt tankesätt och även om inte alla informanter nämnde sociologi och psykologi ordagrant så kan man se att deras uttalanden vilar på kunskaper från dessa vetenskapsområden. Följande citat belyser användandet av flera olika vetenskapsområden som grund:

”Vid en konstskola bryr man sig bara om produkten med eftersom Empata är ett pedagogiskt center för lärande och estetik så är det viktigaste hur ungdomen mår och fokus ligger på det pedagogiska och psykologiska.”

När det kommer till metoder så förde en informant fram en relevant reflektion eftersom hen reflekterade över vad som är en metod och vad som är en pedagogisk tillgång. Metoder och förhållningssätt går hand i hand eftersom det ligger vissa värderingar och förhållningssätt bakom en metod. Ibland kan det vara utmanande att se vad som är skillnaden mellan en metod och ett förhållningssätt när de binds samman på ett ändamålsenligt sätt vid det praktiska arbetet.

Det finns helt klart utrymme och möjlighet för att använda sig av flera olika mera traditionella pedagogiska metoder när man arbetar med estetiska lärprocesser. En av mina informanter reflekterade över värdet att använda sig av olika metoder tillsammans med estetiska lärprocesser och i informantens uttalande kommer det tydligt fram vad som krävs när man arbetar med olika metoder samt vad som är värdet av att använda sig av olika metoder i samband med estetiska lärprocesser:

”Det finns många möjligheter till att använda sig av andra metoder i samband med estetiska lärprocesser. Det gäller dock att man är eniga om metoderna och att man lägger ett värde på det estetiska. Det ska finnas konsensus inom verksamheten. Jag tror att det är en stor risk i att bara använda sig av det estetiska eftersom man i så fall kan missa en hel massa saker inom det pedagogiska.”

Det fælles tredje och flow- teori är de metoder som framkom flest gånger i informanternas svar. Informanterna beskrev att det fælles tredje passar väldigt bra att arbeta med i samband med estetiska lärprocesser eftersom man då möts över ett gemensamt intresse och ger på sätt och vis en naturlig ursäkt till båda parterna att lära känna varandra och skapa ett gemensamt band (se kapitel 6.5.2). Det fælles tredje kan även användas för att få ungdomar till att förstå estetiken bättre. Följande citat visar några av informanternas tankar kring användandet av det fælles tredje:

”Jag använder det fælles tredje för att få ungdomar att förstå estetiken. Ifall de t.ex. har valt en sång så får de förklara varför de har valt just den sången vilket får dem att bli mera medvetna om deras tankar och känslor samt hur det hänger ihop med det estetiska uttrycket.”

”Det fælles tredje används mycket eftersom man genom detta kopplar det estetiska med det pedagogiska arbetet.”

”Det fælles tredje används för att mötas över något annat än den orsak som man egentligen träffas för (t.ex. något problem). Mötet blir inte förpliktande, man kan fokusera på det som är gemensamt och det skapas en naturlig kontakt.”

Flow-teori är något som pedagogerna vid Empata har teoretisk kunskap om men även något som de arbetar med som en metod i det praktiska arbetet eftersom de skapar förutsättningar för de unga att uppleva flow tillstånd genom att t.ex. erbjuda en inspirerande miljö och verktyg av god kvalitet (se kapitel 6.2 om flow). Från mina informanternas svar kom en ny aspekt fram, nämligen att zonen för närmaste utveckling även används aktivt. Zonen för närmaste utveckling påminner mycket om flow- teori eftersom det även handlar om att vara medveten om hur mycket man kan utmana en individ före individen anser att det är för obekvämt och känner ångest. När man arbetar med zonen för närmaste utveckling så arbetar man även indirekt med resiliens eftersom man utmanar klienten och långsamt försöker få hen att kunna hantera nya situationer (se kapitel 6.7). Zonen för närmaste utveckling beskrevs på följande sätt av en informant:

”Vi arbetar hela tiden med zonen för närmaste utveckling. Den unga ska då utvecklas med små steg hela tiden, ifall man rycker för stort så skapas ångest hos individen. Ibland kan utvecklingen gå snabbt, men oftast är det väldigt små steg framåt och ibland far det även några steg bakåt.”

Empowerment och ett positivt förhållningssätt är något som nästan alla av mina informanter lyfte fram. Hela tanken kring estetiska lärprocesser är till en viss del väldigt empowerment-orienterad eftersom man strävar till att ge vissa verktyg åt den unga så att hen sen själv kan uttrycka och skapa det som hen har behov för. Inom estetiska lärprocesser ligger således en grundläggande tro på att individer själva har en förmåga till att lära känna sig själva och hitta

olika lösningar, även om stöd kan behövas. I kapitel 6.1 och 6.1.1 kan läsas mera om användandet av empowerment.

Samtalsmetodik och kunskap kring kognitiva processer är något som flera informanter nämnde. Kring samtalsmetodiken handlar det främst om att lyssna aktivt (se kapitel 6.4) och försöka närma sig ungdomens erfarenheter genom att t.ex. ställa öppna frågor. Ett kognitivt och assertivt förhållningssätt eller kommunikation kan ibland vara betydelsefullt att använda sig när man arbetar kring något estetiskt med den unga. Det kognitiva förhållningssättet är något som jag behandlade i kapitel 6.3 och det assertiva förhållningssättet tog jag upp i kapitel 6.6. Kring assertiv kommunikation uttryckte sig en informant på följande sätt:

”Ibland måste man tala rakt på sak om olika saker och det kan vara bra att överraska ungdomarna genom att t.ex. inte undvika olika samtalsämnen som de är vana med att andra gör. Som pedagog gäller det att kunna se förbi de försvarsmekanismer som en individ har och istället reflektera över varför individen gör som hen gör.”

Två av mina informanter nämnde att narrativ pedagogik ofta kan vara bra att använda sig av i samband med estetiska läroprocesser eftersom man då lägger fokus på att försöka se individen i sin helhet samt förstå vilken betydelse hans bakgrund kan ha för nutiden. Alla människor har sin egna historia och erfarenheter och ifall man som pedagog lyckas närma sig individens historia så kan man få en bättre förståelse för individen. Detta stämmer överens med den tankegång som jag nämnde i kapitel 6.1.1.

Jag vill föra fram några tankar som en informant hade kring användandet av metoder vid Empata. Som jag tidigare nämnde så fick jag varierande svar kring vilka metoder som pedagogerna använder och det som informanten säger i följande citat förklarar den variation i svaren som jag upplevde. Citatet påvisar även att pedagogerna har en viss frihet till att välja deras arbetssätt vilket främjar kreativitet (se kapitel 5.2). Även om svaren jag fick var varierande så upplever jag ändå att det fanns en övergripande ram kring de metoder och förhållningssätt som används vid Empata och detta förklaras på grund av följande:

”Vi har inte metodfrihet vid Empata men alla kommer ändå med sina egna erfarenheter, habitus och personlighet så det blir ändå så att alla pedagoger har sin egna stil. Det är detta som kommer fram när de arbetar med ungdomarna. Vi har några gemensamma utgångspunkter, värderingar och ramar som vi arbetar inom men inom dessa ramar för man göra allt möjligt och man ska även göra det för att föra ungdomarna fram i deras utveckling.”

”Man ska prova och experimentera med de olika metoderna eftersom man aldrig kan veta vad resultatet blir. Man ska inte vara rädd för att det kan gå gale.”

Överstående citat anknyter också till kreativitet eftersom informantens uttalande påvisar att det vid Empata understöds att medarbetarna själva gör allt möjligt inom de ramar som de

arbetar inom och att de uppmuntras till att vara experimenterade utan att känna någon rädsla över att misslyckas, vilket främjar kreativitet. (Se kapitel 5.2).

För att avsluta detta underkapitel vill jag lyfta fram ett viktigt förhållningssätt som krävs när man arbetar med estetiska lärprocesser som en metod. För att estetiska lärprocesser ska fungera som en metod så krävs det att pedagogerna tar det estetiska som görs på allvar och att ungdomen upplever att man arbetar autentiskt med det estetiska samt att den unga inte får uppfattningen av att det estetiska bara är en ursäkt för att träffas och samtala om t.ex. olika svårigheter. Följande citat sammanfattar detta förhållningssätt:

”Vid Empata är det estetiska inte ett mål i sig själv men ifall pedagogerna inte behandlar det som ett mål så fungerar det inte som ett medel.”

9.9 Hur kan ledningen främja ett kreativt arbetssätt?

Tre av mina informanter utgör ledningen av Empata och två av dem är även grundarna för Empata. När jag frågade dem hur de främjar ett kreativt arbetsklimat vid Empata så förde de ganska långt fram liknande resonemang. Det som alla tre betonade var att ledningen bör understöda olika idéer och projekt som uppstår och stötta medarbetarna till att kunna förverkliga olika idéer och projekt, vilket stämmer överens med det som ja konstaterade om stöd för idéer i kapitel 5.2. Ifall medarbetarna upplever att det finns möjlighet till att experimentera och komma med nya idéer så uppstår även mera kreativitet inom verksamheten. I följande citat kommer informanternas tankar kring en stödjande ledning fram:

”Jag tror att det är viktigt att det finns någon frihet, att man inte begränsar. När någon kommer och vill göra ett projekt så stoppar vi inte det utan vi backar upp det.”

”Det blir hela tiden projekt kring olika ungdomar och då är det viktigt att ledningen stöttar pedagogerna i att göra dessa projekt möjliga. Det är en viktig del i att kunna vara kreativ.”

”Ledningen ska stötta att medarbetarna har egna idéer och gör egna projekt, inte säga ’nej, nu undervisar du inte!’”

En annan sak som två av mina informanter betonade var att tillgänglighet till olika material och redskap av god kvalitet även främjar kreativitet eftersom man då blir mera inspirerad av att använda sig av olika uttryckssätt när man har redskapen för att uttrycka sig. Det handlar om att skapa möjligheter för att vara kreativ. Det är viktigt att ledningen lyssnar och tar det på allvar ifall någon kommer och klagar på något redskap, t.ex. att penslarna är dåliga, eftersom detta kan vara ett hinder för att kunna uttrycka sig som man vill. En informant

beskrev en kedja av händelser som i värsta fall kan ske ifall man inte håller en god kvalitet på olika material:

”Ifall man inte tar hand om verktygen så tappar pedagogerna motivationen, då tappar de kontakten till ungdomarna, ungdomarna slutar komma till Empata och då kommer det inte in några pengar.”

Något som en av mina informanter lyfte fram var att det är viktigt att pedagogerna tar hand om sin egna kreativitet och att ledningen ser till att bibehålla en dynamisk atmosfär med kulturell input för att medarbetarna ska få hålla ingång sitt intresse för det estetiska men även inspireras (se kapitel 5.2). En annan informant berättade att det är viktigt att pedagogerna har möjlighet att när som helst komma in till ledningen och prata om olika teorier och reflektera över hur man kan göra i en viss situation. När medarbetarna känner att det finns stöd att få omedelbart när det behövs så vågar de även experimentera mera eftersom en känsla av tillit och öppenhet skapas. Vikten av känslan av tillit och öppenhet är något som jag nämnde i kapitel 5.2.

När det handlar om hur ledningen utförs så kom det fram att det handlar om en balans mellan att styra så lite som möjligt i vad som försiggår men att ledningen ändå hela tiden har koll på riktningen och att man arbetar mot de mål som finns. Ledningen blir då en kombination mellan en synlig ledning och en som inte är så synlig. Två av mina informanter förde fram att synlig ledning är viktig och en av dem uttryckte sig på följande sätt:

”Det fungerar bra på folk och har inflytelse när ledningen är synlig och intresserad. När man går runt och kollar läget i huset så handlar det inte om att komma med idéer åt dem, det kan man göra i ett annat forum. Det är viktigt att man är intresserad och bekräftar det arbete som görs, ’Oj, vad coolt!’ Kort och gott att man går runt och visar intresse, inte styr men bara sprider positivitet.”

10 Avslutande diskussion och kritisk granskning

I detta kapitel kommer jag att sammanfatta resultaten från min undersökning för att ge en överskådlig helhet över det som slutligen kom fram från informanternas svar samt koppla det till min teoridel. Jag kommer även att återgå till mitt syfte och tolka resultaten i förhållande till syftet för att se ifall jag har fått svar på mina frågeställningar och förståelse för det som jag ville få mera kunskap om. Slutligen kommer jag att göra en kritisk granskning av mitt examensarbete.

Genom hela arbetsprocessen har jag haft mitt syfte och mina frågeställningar i bakhuvudet för att försöka hålla en röd tråd genom examensarbetet. Den teoretiska delen av detta

examensarbete är ganska omfattande och för att börja från grunden så började jag med att behandla vad estetisk är och arbetade mig sedan mot att beskriva vad en estetisk lärprocess är för att sedan koppla hur man kan integrera detta i mentalvården och använda sig av andra metoder tillsammans med estetiska lärprocesser. Kreativitet är en förutsättning för att kunna arbeta estetiskt och därför valde jag även att behandla förhållandet mellan kreativitet och estetik samt hur man kan främja kreativitet inom det sociala området eftersom kreativitet behövs för att arbeta med estetiska lärprocesser. Jag anser att teoridelen ger en god grund för att kunna förstå det som informanterna förde fram i undersökningsdelen.

Den kvalitativa undersökningen gjordes genom fem intervjuer med danska pedagoger som är intresserade inom olika estetiska fält, vilket även gav flera synvinklar på de olika frågor som jag ställde dem. Största delen av det som informanterna berättade om var sådant som jag har tagit upp i min teoridel, men även nya aspekter kom fram, som t.ex. teorin om spiralen som uppkom när jag frågade hur de skulle beskriva en estetisk lärprocess.

Syftet med mitt examensarbete var att undersöka det pedagogiska värdet av att använda sig av estetiska lärprocesser inom behandlingen av ungdomar som har mental ohälsa. Sammanfattningsvis kan jag från den tidigare forskningen som gjorts samt från min undersökning konstatera att det finns ett pedagogiskt värde i att använda sig av estetiska lärprocesser som en metod inom mentalvården för ungdomar, men det finns vissa förutsättningar för att denna metod ska fungera och vara meningsfull för klienten och pedagogen.

De förutsättningar som krävs för att det ska vara pedagogiskt meningsfullt att använda sig av estetiska lärprocesser inom klientarbetet är att klienten anser att det är meningsfullt och har ett behov av att uttrycka sig på ett annat sätt än genom att prata (se kapitel 4), samt att pedagogen själv har upplevt estetikens positiva inverkan och tror på estetiska lärprocessers pedagogiska värde (se kapitel 5.1). Ifall dessa förutsättningar fylls så ger användandet av estetiska lärprocesser som metod flera möjligheter för klienten att utvecklas känslomässigt, personligt, socialt, kulturellt och professionellt (inom det estetiska som utförs). Estetiska lärprocesser har en rehabiliterande inverkan och individen kan få tillfredsställt många olika behov som främjar individens psykiska välmående.

Precis som i teoridelen kom det fram i undersökningen att den estetiska lärprocessen börjar med en impuls och att det efter detta sker en mängd olika processer inom individen medan en samverkan med omvärlden skapas. För att kunna ta till vara på de positiva aspekter som en estetisk lärprocess kan föra med sig krävs det att pedagogen har kunskaper om estetiska

lärprocesser eftersom pedagogen bör veta när individen kan behöva teknisk hjälp för att kunna uttrycka sig och när individen är i själva processen av att uttrycker sina tankar och känslor och därmed inte får störas.

Eftersom kärnan av detta arbete var att undersöka det pedagogiska värdet av estetiska lärprocesser som metod inom behandlingen av ungdomar med mental ohälsa så kommer jag att sammanfatta de faktorer som kan främja en individs välmående samt ha en utvecklingsmässig inverkan på individen. Från både min teoretiska del av arbetet och från undersökningen framkom det att de tre dimensionerna inom den estetiska lärprocessen som jag nämner i kapitel 3.4.2, även var närvarande i de svar som informanterna gav. Den individuella påverkningen av estetiska lärprocesser är att individen aktivt arbetar med känslor och sinnen, vilket ökar självkännet, medvetenhet och förståelse för de egna tankarna och känslorna (se kapitel 3.2, 3.4.1, 3.4.2 och 4).

Estetiska lärprocesser inverkar även inom den sociala dimensionen eftersom individen skapar relationer, upplever gemenskap, för öva på socialt samspel och ständigt reflekterar över andra människors beteende samt de reaktioner som väcks inom hen. Individen kan även genom det estetiska skapa ett unikt sätt att kommunicera med omvärlden som inte kräver några ord. (Se kapitel 3.2, 3.4.2 och 4).

Den kulturella dimensionen är den sista dimensionen som nämns i kapitel 3.4.2 och informanterna nämnde kulturen flera gånger. Genom estetiska lärprocesser får individen en möjlighet till en ökad förståelse för olika kulturer, samhället man lever i och för den egna platsen i samhället. För att känna trygghet är det viktigt att man känner att man har en plats i samhället och upplever att man kan påverka sin egna situation. (Se kapitel 3.4.2, 4 och 5.4).

En dimension av den estetiska lärprocessen som jag inte behandlade i min teoridel var att individen även kan utvecklas professionellt av estetiska lärprocesser. Den professionella utvecklingen handlar om att individen kan få nya, positiva upplevelser av att kunna lära sig något, vilket i sin tur ökar självförtroendet. När ungdomen får upplevelser av att bemästra något som intresserar dem väcks en stark inre drivkraft som motiverar dem att fortsätta. Denna inre drivkraft är karaktäristisk för den estetiska lärprocessen och något som jag nämnde i kapitel 3.4.1.

Angående kreativitet kan jag konstatera att både teorin och undersökningen säger att kreativitet är ett brett begrepp, men att det är en viktig del av det estetiska. Kreativitet kan främjas på många olika sätt inom det sociala området och de två saker som kom upp både i teoridelen (kapitel 5.2) och undersökningen är att ett stöd för idéer och en atmosfär som är

tillitsfull och öppen främjar kreativa arbetssätt. Andra faktorer som främjar kreativa arbetssätt är att personalen upplever att de har ett eget ansvar över sitt arbete samt att det finns en viss frihet till att själv skapa sitt arbete.

Undersökningens resultat för vad som krävs av en pedagog som arbetar med estetiska lärprocesser samt vilka utmaningar det finns ger en inblick i vilka förutsättningar man borde skapa för att bäst kunna integrera estetiska lärprocesser inom mentalvården. Det som man kan konstatera från informanternas svar är att det är väldigt viktigt att man har det rätta arbetsteamet för att arbeta med estetiska lärprocesser som metod. Det krävs att pedagogerna har ingående kunskaper om både estetiska lärprocesser samt pedagogik för att man ska kunna stödja ungdomen i hans utveckling. Eftersom det inte finns någon utbildning var man specifikt kan lära sig om estetiska lärprocesser som en metod inom mentalvården så får ledningen ett stort ansvar över att se till att pedagogerna är kompetenta inom detta område samt sprida mera kunskap över hur man arbetar med estetiska lärprocesser inom verksamheten.

Nästan alla metoder som informanterna berättade om var metoder som jag hade behandlat i min teoridel. De metoder som jag inte hade behandlat i min teoridel var narrativ pedagogik och zonen för närmaste utveckling. Från informanternas svar och teoridelen kan jag konstatera att användandet av övriga metoder tillsammans med estetiska lärprocesser ökar estetiska lärprocessers pedagogiska värde ytterligare och det finns många möjligheter till att kombinera andra metoder med estetiska lärprocesser.

Tips på framtida forskning kunde vara att undersöka ifall klienter inom mentalvården i Finland har ett intresse och behov för att uttrycka sig estetiskt samt ifall det finns ett intresse för professionella inom mentalvården att integrera estetiska lärprocesser i deras arbete. Vidare kunde man även fördjupa sig ytterligare i hur man kunde integrera estetiska lärprocesser inom mentalvården samt fokusera på någon specifik organisation eller verksamhet inom Finland. Eftersom man ofta sätter mindre värde på kreativa ämnen än teoretiska ämnen inom skolan så kunde det vara intressant att undersöka vilka attityder professionella inom sociala området har till estetisk verksamhet, kreativitet och dess pedagogiska värde.

Ifall det finns tid och resurser vore det intressant att för en längre tid följa med utvecklingen hos ungdomar som genomgår estetiska lärprocesser eftersom man då själv kunde observera hur estetiska lärprocesser kan inverka på mental hälsa, istället för att gå till informanter som har observerat denna process.

För att kritiskt granska mitt examensarbete kan jag konstatera att det kunde ha varit givande att intervjua fler pedagoger vid Empata eftersom det kunde ha gett mig lite fler synvinklar på ämnet, men på samma gång anser jag att mina fem intervjuer gav mig tillräckligt med information och jag tror även att jag skulle ha fått ganska liknande svar av övriga pedagoger eftersom de även arbetar vid Empata. Ifall det skulle finnas fler verksamheter som arbetar med estetiska lärprocesser och ungdomar så skulle det ha varit intressant att intervjua pedagoger från olika verksamheter men jag har inte hittat andra verksamheter som arbetar med estetiska lärprocesser som det primära arbetssättet med ungdomar.

Det går även att reflektera över vilken inverkan det har att pedagogerna som jag intervjuade har en relation till mig eftersom jag tidigare har varit tre månader på praktik hos Empata. När jag själv har reflekterat över detta så anser jag att det är en fördel eftersom pedagogerna känner sig mera trygga i intervjusituationen samt förstår mitt sätt att uttrycka mig på. Själva inspirationen till detta examensarbete väcktes från min praktikperiod vid Empata och ibland har jag upplevt att det har varit lite svårt att vara helt neutral till mitt ämne då jag med egna ögon har sett på vilket sätt estetiska lärprocesser kan inverka positivt på en ungdoms psykiska välmående och utveckling. Min tidigare kontakt till Empata och kunskaper kring estetiska lärprocesser gjorde även att jag hade lättare att veta vad jag skulle behandla i teoridelen, vilket kan påverka att de metoder som jag behandlade i teoridelen även blev nämnda av informanterna under intervjuerna. Även om jag från början hade kunskap om ämnet så har jag lärt mig väldigt mycket mera genom att skriva detta examensarbete och fördjupa mig ytterligare i ämnet.

För mig var det viktigt att pedagogerna skulle få uttrycka sig på sitt modersmål eftersom de då bäst kan besvara på frågorna och uttrycka sig som de själva vill. Under intervjuerna pratade jag svenska och informanterna danska och jag var tydlig med att påpeka att de ska fråga ifall de inte förstår mina frågor, vilket de även gjorde. Kommunikationen på svenska och danska var inget problem för undersökningen eller för analyseringen av materialet. Jag har varit väldigt noggrann med att försöka översätta de danska citaten så liknande från originalet som möjligt.

I efterhand kan jag konstatera att jag kanske kunde ha haft lite tydligare frågor eftersom det kunde uppstå situationer var jag behövde förklara vad jag menade. Jag tror dock att detta kan bero på de skillnader som finns mellan svenska och danska, även om jag försökte använda svenska ord som är det samma på danska i mina frågor. Fråga sex som kan ses i bilagan ställde jag inte eftersom jag under intervjuerna märkte att den blev besvarad från de andra frågorna som jag hade.

Ibland när jag skulle analysera mitt undersökningsmaterial så kunde jag märka av att Empata inte är en verksamhet vars primära uppgift är mentalvård. Ungdomarna vid Empata har kontakt med flera olika professionella som Empata samarbetar med. Ifall ungdomen t.ex. går till en psykolog så kan man säga att detta är den primära källan varifrån ungdomen får specifikt mentalvård. Det är dock helt klart att Empata även arbetar med mentalvård eftersom de har mycket kunskaper om detta även om deras fokus även ligger på att utbilda ungdomarna inom det estetiska området. Även om det ibland märktes i informanternas svar att verksamheten bedriver utbildning så anser jag att man kan överföra mitt undersökningsresultat till mentalvården eftersom utbildningen som ungdomarna får vid Empata innefattar så många olika komponenter som man även arbetar med inom mentalvården (t.ex. personlig och social utveckling).

Jag kan konstatera att jag genom mitt examensarbets teoridel samt forskningsdel har fått ett svar på mitt syfte samt djupare förståelse och mera kunskap kring vad en estetisk lärprocess är, vilket dess pedagogiska värde är, hur man kunde integrera detta inom mentalvården, hur estetik och estetiska lärprocesser anknyter till kreativitet, hur man kan främja kreativa arbetssätt samt vilka metoder som kan användas tillsammans med estetiska lärprocesser.

Avslutningsvis vill jag säga att det har varit väldigt givande att skriva detta examensarbete och att mitt intresse för ämnet har ökat ytterligare. Jag ser fram emot att kunna använda mig av de kunskaper som jag har fått kring estetiska lärprocesser i mitt framtida arbete som socionom. Jag är tacksam över det goda samarbetet med mina informanter samt deras visade intresse och engagemang. Jag vill rikta ett stort tack åt mina handledande lärare som har handlett mig med intresse samt till mina informanter som deltog i intervjuerna.

Källförteckning

- Adams, R., 2008. *Empowerment, participation and social work*. Houndmills, Basingstoke, Hampshire & New York: Palgrave Macmillan.
- Ahonen-Eerikäinen, H (red.), 1994. *Taide psykososiaalisen työn välineenä*. Joensuu: Pohjois-Karjalan ammattikorkeakoulun julkaisuja B.
- Ahonen, H., 1994. *Löytöretki itseen- Musiikki, kuva ja liike itseilmaisun välineenä ja itsetuntemuksen lisääjänä*. Tampere: Tammer- Paino Oy.
- Andersson, C., 2009. Gatukonstpraktik- ett informellt (kun)skapande. i: F. Lindstrand & S. Selander red. *Estetiska lärprocesser- Upplevelser, praktiker och kunskapsformer*. Lund: Studentlitteratur.
- Askheim, O-L., & Starrin, B (red.), 2007. *Empowerment i teori och praktik*. Malmö: Gleerups Utbildning AB.
- Bali, D., & Sharma, A., 2018. Art of fostering resilience in adolescents. *Indian Journal of Health & Wellbeing*, 9(1), s. 73–75.
- Bruijne, M., Boin, A., & van Eeten., 2010. Resilience- exploring the concept and its meanings. i: L.K. Comfort., A. Boin., & C.C. Demchak red. *Designing Resilience- preparing for extreme events*. Pittsburgh: University of Pittsburgh Press.
- Boman, H.G., 1990. Hantverk och kreativitet- om konsten att bedriva naturvetenskap. i: M. Ödman red. *Om kreativitet och flow*. Värnamo: Brombergs Bokförlag AB.
- Boyd, S.D., 1998. Using active listening. *Nursing management*, 29(7), s. 55–55.
- Cederlund, C., & Berglund, S-A., 2014. *Socialpedagogik-Pedagogiskt socialt arbete*. Stockholm: Liber AB.
- Center for læring og æstetik*. (u.å.). [Online].
<https://www.empata.dk/> [hämtat: 18.4.2018].
- Csikszentmihalyi, M., 1990. Att uppleva ”flow”. i: M. Ödman red. *Om kreativitet och flow*. Värnamo: Brombergs Bokförlag AB.
- Csikszentmihalyi, M., 1990. *Flow- The Psychology of Optimal Experience*. New York: Harper & Row Publishers.

Damgaard, J., 2016. *Estetiska lärprocesser*. [Online].

<https://www.lararforbundet.se/bloggar/forstelararbloggen/estetiska-larprocesser> [hämtat: 17.12.2017].

d'Elia, G., 2004. *Det kognitiva samtalet i vården*. Stockholm: Natur och Kultur.

Dewey, J., 2005. *Art as experience*. New York: Penguin Group Inc.

Dieser, R., Christenson, J., & Davis-Gage, D., 2015. Integrating flow theory and the serious leisure perspective into mental health counseling. *Counselling Psychology Quarterly*, 28(1), s. 97–111.

Fenyö, E., 1990. Att definiera ”kreativitet”. i: M. Ödman red. *Om kreativitet och flow*. Värnamo: Brombergs Bokförlag AB.

For den unge. (u.å.). [Online].

<https://www.empata.dk/for-den-unge.aspx> [hämtat: 18.4.2018].

Friedman, M.J., 2011. PTSD and Related Disorders. In: D.J. Stein., M.J. Friedman. & C. Blanco red. *Post-traumatic Stress Disorder*. Chichester: Wiley- Blackwell.

Gilliam, T., 2013. Creativity and mental health care. *Mental Health Practice*, 16(9), s. 24-30.

Griffiths, S., 2008. The experience of creative activity as a treatment medium. *Journal of Mental Health*, 17(1), s. 49–63.

Hansson Stenhammar, M-L., 2015. *En avestetiserad skol- och lärandekultur. En studie om lärprocessers estetiska dimensioner*. Göteborg: Doktorsavhandling i ämnet Estetiska uttrycksformer med inriktning mot utbildningsvetenskap vid Högskolan för scen och musik. Göteborgs universitet, konstnärliga fakulteten.

Hao, M., Zhi-Chao, C. & Tian-Chao, G., 2016. Positive team atmosphere mediates the impact of authentic leadership on subordinate creativity. *Social behavior & Personality: an international journal*. 44(3), s. 355–368.

Hause, G., 1979. *Kropp och sinnen*. Lund: LiberLäromedel.

Hokkanen, A., & Kontkanen, R., 1994. Psykiatrinen avohoidon asiakkaan kohtaaminen ja luovat terapeutiset toiminnat. i: H. Ahonen-Eerikäinen red. *Taide psykososiaalisen työn välineenä*. Joensuu: Pohjois-Karjalan ammattikorkeakoulun julkaisuja B.

- Holme, I-M., & Solvang B-K., 1997. *Forskningsmetodik- om kvalitativa och kvantitativa metoder*. Lund: Studentlitteratur.
- Husen, M., 1985. *Socialpædagogik og arbejdsprocesser*. Köpenhamn: Socialpædagogernes Faglige Organisation.
- Klein, G., 1990. Förord. i: M. Ödman red. *Om kreativitet och flow*. Värnamo: Brombergs Bokförlag AB.
- Kvale, S., 1997. *Den kvalitativa forskningsintervjun*. Lund: Studentlitteratur.
- Känkänen, P., 2013. *Taidelähtöiset menetelmät lastensuojelussa- kohti tilaa ja kokemuksia*. Tammerfors: Institutet för hälsa och välfärd, Suomen Yliopistopaino Oy.
- Lindstrand, F., & Selander, S (red)., 2009. *Eстетiska lärprocesser- Upplevelser, praktiker och kunskapsformer*. Lund: Studentlitteratur.
- Matikka, L., 2013. *Flow- Anna mennä ja onnistu*. Jyväskylä: Docendo Oy.
- Moula, A (red)., 2009. *Empowermentorienterat socialt arbete*. Lund: Studentlitteratur AB.
- Perris, C., 1986. *Kognitiv terapi i teori och praktik*. Lund: Natur och Kultur.
- Philipson, L., 1990. Den kreativa gruppen. i: M. Ödman red. *Om kreativitet och flow*. Värnamo: Brombergs Bokförlag AB.
- Räsänen, R., 1994. Esikoululaisten luova toiminta päiväkodissa- terapeutinen väylä oppimiseen. i: H. Ahonen-Eerikäinen red. *Taide psykososiaalisen työn välineenä*. Jouensuu: Pohjois-Karjalan ammattikorkeakoulu julkaisuja B.
- Smith, G., 1990. Testad kreativitet. i: M. Ödman red. *Om kreativitet och flow*. Värnamo: Brombergs Bokförlag AB.
- Tedgård, N-E., 2010. *Konsten att lyssna-metod för professionella samtal*. Malmö: Liber AB.
- Vahala, H-M., 2003. *Elämän kevät- Luovuuden kautta kasvuun. Käsikirja luovan toiminnan ohjaamiseen asiakastyössä*. Jyväskylä: Gummerus Kirjapaino Oy.
- Vethal, Å., Linge, S., Paulsen, B., & Øverbye, A., 1997. *Lære, skape, leve- Drama og samfunn*. Gyldendal: Gyldendal Norsk Forlag ASA.
- Wilhelmsen, I., 2001. *Livet är ett osäkert projekt- Om känslor och kognitiv terapi*. Finland: Wahlström & Widstrand.

Æstetisk læring. (u.å.). [Online].

<https://www.empata.dk/aestetisk-laering.aspx> [hämtat: 18.4.2018].

Öhman-Gullberg, L., 2009. Familjen Svensson i Europa- gestaltning av ett dilemma. i: F. Lindstrand & S. Selander red. *Estetiska lärprocesser- Upplevelser, praktiker och kunskapsformer*. Lund: Studentlitteratur.

Bilaga 1

Syfte: Att undersöka det pedagogiska värdet av att använda sig av estetiska lärprocesser inom behandlingen av ungdomar med mental ohälsa.

1. Vad är en estetisk upplevelse?
2. Hur skulle du beskriva en estetisk lärprocess?
3. Hur anser du att kreativitet förhåller sig till estetiska lärprocesser?
4. Vad är det pedagogiska värdet av att använda sig av estetiska lärprocesser inom socialt arbete?
Eventuell följdfråga: Vad kan en klient lära sig av att genomgå en estetisk lärprocess?
5. Har ni sett en ungdom påverkas/utvecklas på grund av estetiska lärprocesser?
-I så fall, hur?
6. Vilken inverkan kan estetiska lärprocesser ha på den mentala hälsan/välbefinnande?
7. Vad krävs av en pedagog som arbetar med estetiska lärprocesser?
8. Vilka utmaningar finns det med att arbeta med estetiska lärprocesser?
9. Vilka metoder använder du dig av i samband med estetiska lärprocesser?
Eventuell följdfråga: Vad gör du för att ungdomarna ska få genomgå estetiska lärprocesser? T.ex. vilka hjälpmedel använder du?

Fråga till de som sitter i ledningen:

1. Hur kan ledningen stödja sina medarbetare till att använda kreativa arbetssätt?