

Låtskrivingsprosessen, inspirasjon og håndverk?

En studie av hvilke faktorer som påvirker låtskrivingsprosessen

Marianne Engebretsen

Veileder

Michael Rauhut

Masteroppgaven er gjennomført som ledd i utdanningen ved Universitetet i Agder og er godkjent som del av denne utdanningen. Denne godkjenningen innebærer ikke at universitetet inntår for de metoder som er anvendt og de konklusjoner som er trukket.

Universitetet i Agder, 2016

Fakultet for kunstfag

Institutt for rytmisk musikk

Forord

Gjennom denne avhandlingen har jeg lært like mye om låtskriving, som jeg har lært om meg selv. Det har vært spennende å dykke dypere i et tema som både interesserer meg og utfordrer meg. Etter å ha fullført denne masteroppgaven, er det er flere personer som fortjener en ekstra takk:

Takk til min veileder Michael Rauhut. Takk for tilbakemeldinger og gode råd for denne masteroppgaven. Også takk til Knut Tønsberg, som har bistått med nyttige innspill og hjelp i skriveprosessen.

Takk til alle medstudenter og lærere på Institutt for rytmisk musikk. Fem år har satt sine spor, både faglig og personlig. Takk for godt miljø, vennskap og masse spilling. En spesiell takk til mine låtskriver-kollegaer opp igjennom årene. Ingen navn nevnt, men heller ingen glemt.

En stor takk til min vokallærer, Hilde Norbakken, for tillitt og verdifulle sangtimer.

Takk til mine kollegaer som har skapt musikk utav mine låter og gitt av sin tid til øving, studioinnspillinger, konserter og turnéer. Espen Tappel, Thomas Gallatin, Eirik Sørbø, Magnus Løkken Jacobsen, Trym Gjermundbo, Finn Dyb Sandnes Jr., Snorre Kiil Saga, Martin Tollefsbøl, Morten Røsbak, Ellisiv Sørbø og Geirmund Hansen, takk for inspirasjon, vennskap og deres berikende musikalitet.

Takk til alle andre venner og familie, for støtte, oppmuntring og vennskap. Dere er en nødvendighet! En spesiell takk til Eivind Engebretsen for korrekturlesning.

Til slutt, min kjære Thomas Engebretsen, skal ha den største takken av alle. Takk for språkvask, korrekturlesning, veiledning, støtte og tålmodighet, samspill, musikalsk arbeid, faglig innspill og inspirasjon - med livet som innsats.

INNHold

1	INNLEDNING	7
1.1	TEMA OG BAKGRUNN FOR OPPGAVEN	7
1.2	PROBLEMSTILLING	8
1.3	AVGRENSNING OG BEGREPSAVKLARING	8
1.4	OPPGAVENS STRUKTUR	9
2	TEORETISK RAMMEVERK	11
2.1	LÅTSKRIVING	11
2.2	LÅTSKRIVINGSPROSESSEN	14
2.3	LÅTSKRIVEREN	16
2.4	YTRE FAKTORER	18
2.4.1	INSPIRASJON	18
2.4.2	TENTATIVE STRUKTURER	20
2.4.3	MÅLFORMULERING	21
2.4.4	TIDSASPEKTET	21
2.4.5	OMGIVELSENE	23
2.4.6	EVALUERING	24
2.5	OPPSUMMERING AV DE YTRE FAKTORENE	25
3	METODEKAPITTEL	27
3.1	AKSJONSFORSKNING	27
3.2	PRESENTASJON AV UNDERSØKELSEN	28
3.3	ARBEIDSMETODE	29
4	RESULTATUTVIKLING	31
4.1	AKSJONSPERIODE 1 I FIRENZE	31
4.1.1	PLANLEGGING	32
4.1.2	GJENNOMFØRING	33
4.1.3	OBSERVASJON	34
4.1.4	REFLEKSJON	34
4.2	AKSJONSPERIODE 2 I MANNHEIM	37
4.2.1	PLANLEGGING	37
4.2.2	GJENNOMFØRING	38
4.2.3	OBSERVASJON	39
4.2.4	REFLEKSJON	40
4.3	AKSJONSPERIODE 3 I MANNHEIM	42
4.3.1	PLANLEGGING	42
4.3.2	GJENNOMFØRING	43
4.3.3	OBSERVASJON	44
4.3.4	REFLEKSJON	45
4.4	SAMMENFATTNING AV FUNNENE I AKSJONSFORSKNINGEN	47
5	DRØFTING	49
5.1	FOKUS I PROSESSEN	49

5.2	TIDSASPEKTET	50
5.3	OMGIVELSENE	51
5.4	TENTATIVE STRUKTURER OG UTSTYR	53
5.5	MÅLFORMULERING	53
5.6	EVALUERING	54
5.7	INSPIRASJON	55
5.8	NYTT ELEMENT	56
6	OPPSUMMERING	57
6.1	FOKUS	58
6.2	DE YTRE FAKTORENE	59
6.3	REVIDERT MODELL AV DE YTRE FAKTORENE	61
6.4	OPPGAVENS BEGRENSNINGER OG FORSLAG TIL VIDERE FORSKNING	63
6.5	AVSLUTTENDE KOMMENTARER	64
	REFERANSELISTE	67

1 INNLEDNING

[...] songwriting is much more than a mere craft. It's a conscious attempt to connect with the unconscious; a reaching beyond ordinary perceptions to grasp images that resonate like dreams, and melodies that haunt and spur the heart. Many songwriters said that their greatest songs were written in a flash, words and music arriving simultaneously, like uncovering something that was already there. Even those who scoffed at the suggestion of a spiritual source of songs admitted that the process is mysterious and can't be controlled. Rickie Lee Jones said that inspiration is like a distant rumbling she hears coming from far away. Paul Simon said, «Mostly it's a lot of waiting-waiting for the show to begin.» - Paul Zollo (2003:forord)

1.1 Tema og bakgrunn for oppgaven

Fra jeg startet å skrive låter har låtskriving formet meg som musiker og definert mitt virke som artist. Det har blitt en genuin interesse igjennom flere år, og slutter aldri å utfordre meg og inspirere meg personlig og musikalsk. Gjennom låtskriving har jeg utforsket min egen kreativitet og musikalitet, samarbeidet med dyktige musikere, spilt konserter, produsert og gitt ut egen musikk, og jobbet med promotering og booking. Jeg kunne nevnt flere ting. Listen er lang over hvilke erfaringer som har kommet i kjølvannet av at jeg begynte å skrive mine egne låter for mer enn syv år siden. Mitt utgangspunkt som låtskriver er at jeg er selvtært, og kunnskapen jeg har på feltet er derfor hentet fra forskjellige steder.

Det finnes ingen regler i låtskriving, men teoretiske prinsipper: Rim kan effektivisere teksten, bidra til forutsigbarhet og gjenkjennelse for lytteren. Tittelen bør være synlig igjennom hooket¹ i refrenget og summere opp det gjennomgående budskapet. Åpningslinjen bør presentere låtas karakterer og ha en unik fremtoning slik at den fanger lytterens oppmerksomhet (Blume, 2004:26-33). Dette er noen få eksempler på hvordan man kan strukturere og styrke låtmaterialet. Disse prinsippene er gode råd, men låtskrivers frihet til å ta egne valg er overordnet disse. Det finnes heller ingen regler for hvordan man skal gå frem i prosessen, derfor er låtskrivingsprosessen individuell. Jeg har selv erfart at hver låt jeg har skrevet har hatt ulike prosesser. Fremgangsmetoden, opplevelsen min underveis og hvor lang tid det tar, er aldri det samme. Dette har vekket min nysgjerrighet. I en låtskrivingsprosess kjenner jeg ikke bare på mine muligheter og begrensninger som låtskriver, men også på tilfeldighetene: Hvilken dagsform jeg er i, hvor jeg befinner meg, hva som inspirerer meg i øyeblikket og hvilket utstyr jeg bruker, ser ut til å påvirke hvordan prosessen arter seg.

¹ Et hook er det elementet i låta som fanger lytterens oppmerksomhet. Det kan være en tekstlinje, melodi, eller et musikalsk riff, hver for seg eller i kombinasjon med hverandre. Hooket er ofte et gjenkjennbart element som er enkelt å huske.

Når jeg har lest om låtskriving i faglitteraturen er det særlig to elementer som går igjen: Inspirasjon og håndverk. Det virker som at dette er to sentrale ingredienser i låtskrivingsprosessen. Når jeg skriver låter kombinerer jeg min kreativitet med fagkunnskaper. På samme måte som at jeg anvender språket mitt hver dag - hvor jeg improviserer med ord og uttrykk uten å tenke på gramatiske regler - anvender jeg fagkunnskapene mine ofte intuitivt mens jeg skriver. Håndverket omfatter verktøy som hjelper meg til å strukturere og konkretisere idéene mine. Over tid har jeg erfart at fagkunnskapene alene ikke er nok til få en god skriveprosess. Det er gjennom egen kreativitet at jeg kan skape nye idéer og nye låter, og hvordan jeg får nye idéer er et uforutsigbart element i låtskrivingen.

Dette har bidratt til en økt interesse rundt *hva* låtskrivingsprosessen innebærer. Noen ganger virker det som at tilfeldighetene styrer låtskrivingen. Av og til må jeg bare vente, vente på at idéene skal komme. Andre ganger flyter låtskrivingen avgårde, og det er enkelt å komme videre. I faglitteraturen har jeg funnet mange gode råd for selve låta, men lite om prosessen. Er låtskriving bare en kombinasjon av inspirasjon og håndverk?

1.2 Problemstilling

Da jeg startet arbeidet med denne masteroppgaven, var min motivasjon å kunne forbedre prosessen. Intensjonen er å øke kunnskapen rundt hva som kan påvirke låtskrivingsprosessen, jeg har derfor valgt følgende problemstilling:

Hvilke faktorer kan påvirke låtskrivingsprosessen?

1.3 Avgrensning og begrepsavklaring

Oppgaven tar utgangspunkt i at låtskrivingsprosessen styres av mentale prosesser og er en individuell prosess. Det var derfor naturlig å sette en avgrensning for omfanget av denne oppgaven. Slik det fremgår i oppgavens teoretiske rammeverk omfatter låtskrivingsprosessen blant annet psykologiske-, filosofiske-, og nevrologiske forskningsfelt. Problemstillingen berører flere tematikker som kunne vært relevant for denne oppgaven: Musikalitetsteorier, hukommelse, måling av konkret kunnskap, talent og evner, flowpsykologi² og nevrologi. For

² Flowpsykologi er forskning på kreative prosesser og flyttilstand. Teorien er utviklet av Mihaly Csikszentmihalyi og kan leses i boken *Creativity: Flow And The Psychology Of Discovery And Invention* (2013).

å avgrense oppgavens omfang har jeg valgt å dele faktorene inn i to ulike grupper: Indre og ytre faktorer, hvor oppgaven vil fokusere på sistnevnte gruppe.

De indre faktorene berører psykologiske, nevrologiske, mentale og fysiske aspekter. Dette kan handle om hvordan hjernen oppfatter informasjon eller hvordan min personlighet påvirker prosessen. I et nevrologisk perspektiv vil for eksempel ulike søvntyper og deres påvirkning på prosessen bidra til nyttig kunnskap. Det finnes flere kliniske studier av kreativitet og forskning på hvordan hjernen reagerer på musikk³. Det å dekke primærbehov som søvn og mat er en viktig faktor i låtskrivingsprosessen. Man kan planlegge å spise eller sove nok, og derfor kan primærbehov kategoriseres som en ytre faktor. Dette vil likevel ikke få en sentral plass i denne oppgaven da tematikken berøres gjennom andre ytre faktorer.

Som låtskriver og musiker har jeg ikke kompetanse til å angripe oppgavens tema fra et psykologisk eller klinisk perspektiv, men jeg vil ta utgangspunkt i *min* opplevelse av prosessen for å forstå hvilke ytre faktorer som kan påvirke den. Ytre faktorer kan være omgivelser, utstyr og tid. Hver enkelt låtskriver må selv reflektere rundt hvordan de opplever de ytre faktorene. På den måten kan man anvende de ytre faktorene som verktøy til å forbedre låtskrivingsprosessen.

1.4 Oppgavens struktur

Denne oppgaven er strukturert i tre hoveddeler. Den første delen gir et overblikk over det teoretiske rammeverket for oppgaven. Utvalget er basert på et omfattende litteratursøk på låtskrivingsfeltet og mine egne erfaringer med låtskriving. Noe litteratur er hentet fra andre forskningsfelt da låtskrivingslitteraturen ikke dekker hele grunnlaget for mitt forskningsspørsmål. Mine funn i litteraturen danner et grunnlag for en modell av de ytre faktorene jeg presenterer avslutningsvis i kapittel to.

I andre del presenterer jeg metodevalg og den vitenskapelige undersøkelsen jeg har gjennomført. Kapittel tre redegjør for oppgavens forskningsdesign som er aksjonsforskning, min låtskrivingsmetode og gir en oversikt over de tre aksjonsperiodene. I kapittel fire presenterer jeg undersøkelsen i sin helhet.

³ Litteratur om nevrologi og musikk: *On Repeat: How Music Plays The Mind*, *The World In Six Songs* og *This Is Your Brain On Music* av Daniel Levitin.

Siste del består av et drøftingskapittel i kapittel fem, og en oppsummering av funnene i kapittel seks. I kapittel seks vil jeg også presentere en revidert modell av de ytre faktorene og komme med forslag til videre forskning.

2 TEORETISK RAMMEVERK

Dette kapittelet er strukturert i tre deler. I første del vil jeg presentere hvilke litterære kilder som har dannet et bakteppe for denne avhandlingen. I andre og tredje del vil jeg utdype det teoretiske grunnlaget ved å gå nærmere inn på låtskrivingsprosessen, låtskriveren og de ytre faktorene.

2.1 Låtskriving

I Norge har låtskriving begynt å få mer oppmerksomhet innen academia. Universitetet i Agder er den første offentlige institusjonen som tilbyr låtskriving som en egen studieretning, den ble etablert høsten 2015 (Universitetet i Agder, 2014). Musikkhøgskolen i Oslo tilbyr et enkeltemne innenfor låtskriving, og ved siden av dette er låtskriving også et av arbeidsområdene ved noen av de private høgskolene. Det ser ut til at folkehøgskolene har vært fremst når det gjelder undervisning i dette faget, og blant annet etablerte Viken Folkehøgskole en egen *Singer Songwriter - Låtskriving* linje i 2012 (Ekern, 2013:21-24). Låtskrivingens manglende plass innenfor academia er en mulig årsak til at det finnes lite norsk litteratur⁴ på feltet.

Likevel er låtskriving et stort fagfelt internasjonalt og det finnes mye litterært materiale. Faglitteraturen som handler om låtskriving kan grovt sett kategoriseres i to grupper: Kunnskap om det håndverksmessige ved låtskriving og informasjon om hvordan musikkbransjen opererer. Et søk på "*songwriting*" på www.amazon.no gir en god oversikt over hvilken type låtskrivingslitteratur som finnes. *Writing better lyrics* (Pattison, 2009) og *6 Steps to songwriting success* (Blume, 2004) er typiske titler. Store deler er engelskspråklig og det ser ut til at de fleste forfatterne selv er låtskrivere. Dette styrker litteraturens kredibilitet, samtidig som at det muligens kan forklare den manglende analytiske forskningen på låtskrivingsprosessen.

En sentral bok for denne oppgaven er *Songwriters on songwriting* av Paul Zollo (2003). Den er en samling av intervjuer han har gjort med 62 av de mest innflytelsesrike låtskriverene vi har sett i amerikansk populærmusikk i nyere tid. Intervjuene ble opprinnelig publisert

⁴ Av norske fagbøker om låtskriving finnes *Akkordboka - Akkordprogresjon for musikere og låtskrivere* av Audun Molde (2014) og *Låtskriverhåndboka - Om å: Komponere melodier, skrive sangtekster, lage arrangementer, spille inn og produsere* av Martin Alfsen (2010).

gjennom magasinet "*SongTalk*", som sprang ut av National Academy of Songwriters (NAS)⁵. Boken er et av de beste bidragene innen låtskrivingslitteraturen som er inne på denne oppgavens tema fordi den gir innsyn i låtskriveres personlige erfaringer med låtskrivingsprosessen.

En annen sentral bok er *The Craft and Business of Songwriting* av John Braheny (2006). Forfatteren har vært en viktig figur i låtskrivermiljøet i USA og var med på å grunnlegge Los Angeles Songwriting Showcase (LASS, 1971-1996), et møtested og nettverk for låtskrivere. Gjennom denne organisasjonen og videre karriere har han intervjuet og vært i kontakt med aktører fra hele musikkbransjen og gitt et solid bidrag til kunnskapen som finnes på feltet. På hans egen hjemmeside har Braheny skrevet detaljert om historien bak LASS. Dette gir et tydelig bilde over hvor lite låtskrivingsmiljøet på mange måter har vært. Flere av låtskrivingsbøkene jeg har lest er skrevet av låtskrivere som har vært aktive i LASS sitt miljø på 1970-tallet, og LASS har også i senere tid slått seg sammen med NAS. LASS grunnla låtskrivercampen "The Songwriter Expo" som i over tjue år var et møtepunkt mellom musikkbransjen og låtskrivere verden over, med fokus på låtskriving og opplæring i faget (Braheny, 2015). Gjennom boken formidler Braheny (2006) først og fremst kunnskap om håndverket og bransjen, men han vier også noe plass til å skrive om låtskrivingsprosessen.

Når det gjelder låtskrivingsprosessen har jeg funnet en nevneverdig masteroppgave fra Universitetet i Oslo. Ingunn Ekern (2013) har forsket på låtskrivingsprosessen til fire artister og låtskrivere, og berører noe av den samme tematikken som denne oppgaven. Blant annet ser hun på hvor mye tid de ulike informantene bruker på låtskriving, og at prosessen som hendelsesforløp frem til et ferdig produkt både varierer fra låtskriver til låtskriver og fra låt til låt (Ibid:104). Likevel er denne oppgaven litt på siden av hva min problemstilling ønsker å besvare. Ekern (2013) undersøkte *hva som kjennetegner* låtskrivingsprosessen fremfor *hvilke ytre faktorer som påvirker den*.

Av litteratur som handler om selve prosessen har jeg funnet en interessant bok skrevet av Bjørn Kruse, professor i komposisjon ved Norges Musikkhøgskole. Gjennom boken *Den Tenkende Kunstner* (1995) ønsker han blant annet å bidra til en fruktbar tenkemåte rundt det å skape, og sier at "kunsten å være kunstner er, selvfølgelig blant mye annet, å finne frem til en konstruktiv og produktiv arbeidsmetode" (Ibid:36). Han formidler først og fremst et forslag til en felles terminologi og begreper man kan anvende i et tverrfaglig perspektiv rundt den

⁵ National Academy of Songwriters var en non-profit organisasjon og et nettverk for låtskrivere. Den har i senere tid slått seg sammen med interesseorganisasjonen *Songwriters Guild of America*.

kunstneriske prosessen, men Kruse (1995) er også innom samme tematikk som denne oppgaven. Blant annet viser han til en *lateral* arbeidsprosess. I en slik prosess er materialet med på å diktere målet, og kunstverket blir til underveis fra grovt skissearbeid til ferdig produkt (Ibid.38).

Boken *Critical creative processes* (2003) inneholder en samling ulike artikler som handler om hvilke tenkemåter som kreves i kreative prosesser, og den har vært vesentlig for min behandling av oppgavens tema. Særlig artikkelen "Creative interaction: a conceptual schema for the process of producing ideas and judging the outcomes" skrevet av psykolog og forsker Edward Nęcka (2003) er sentral. I denne artikkelen presenterer forfatteren en *interaktiv modell for kreative prosesser* som vil utgjøre en viktig del av teorikapittelet.

Denne oppgaven berører flere forskningsfelt. Siden jeg ønsker å undersøke *prosessen* er det naturlig å hente litteratur fra kreativitetsforskning, som jeg presenterte i forrige avsnitt. Jeg har også hentet mye materiale fra en masteroppgave skrevet av Lisa Bonnár (2008). Hun berører i sin oppgave filosofiske-, estetiske- og psykologiske fagfelt og redegjør grundig for hva *inspirasjon* er. Populærviter Steven Johnson (2010) har gjort forskning på idéskapning og blant annet dens sammenheng med omgivelsene. Hans forskning danner et viktig bakteppe for denne oppgaven.

Jeg syntes det er spennende å se at flere og flere interesserer seg for låtskriving i Norge. Selvom feltet enda ikke har fått stor plass i akademiske miljøer, har låtskriving fått mye oppmerksomhet gjennom andre kanaler. En av initiativtakerne til låtskriverstudiumet på Universitetet i Agder, Askil Holm, står blant annet bak en intervjuserie gjennom TONO⁶ kalt "Tono Sessions". Gjennom intervjuer av norske artister og låtskrivere, snakker de om låtskrivingsprosessen og historien bak enkelte låter. Også tv-kanalen NRK har kringkastet flere serier med fokus på låtskriveren. I blant annet programserien "Låtskriver'n"⁷, som ble sendt i 2015, får man møte noen av Norges beste låtskrivere og artister på nært hold. Låtskriverkonkurransen "The Hit"⁸ ble sendt på NRK i 2014, et talentprogram som jaktet etter Norges nye låtskriverstjerne. I Norge arrangeres det flere låtskrivercamper og workshops, og det ser ut til at norske låtskrivere og artister gjør det bedre internasjonalt enn noen sinne (Gjestad, 2016). Kanskje den økende interessen her i landet kan bidra til at flere ønsker å forske på låtskriving i fremtiden.

⁶ TONO er en norsk forvalterorganisasjon for opphavsretten på vegne av komponister, tekstforfattere, låtskriver og musikkforlag.

⁷ *Låtskriver'n* ble ledet av Tor Andersen og han intervjuet bl.a. Ole Paus, Jan Eggum, Odd Nordstoga og Ingrid Bjørnov om historiene bak noen av deres mer kjente låter.

⁸ *The Hit* var et konsept inspirert av "The Brill Building" i New York på 60-tallet. Bygningen ble et sentrum i den amerikanske populærmusikken og huset blant annet kjente låtskrivere som Gerry Goffin & Carole King, James Taylor, Phil Spector og Paul Simon.

Jeg har i dette underkapittelet presentert noen av de viktigste litterære kildene for denne oppgaven. Jeg vil presentere annen litteratur fortløpende der det er hensiktsmessig i oppgaven. Med utgangspunkt i kreativitetsforskning og låtskrivingslitteraturen vil jeg videre redegjør for hva en kreativ prosess er, hvilke ytre faktorer som kan påvirke prosessen, og hvordan låtskriveren er en del av den. I tredje del vil jeg gå nærmere inn på hver enkelt av de ytre faktorene fra det teoretiske grunnlaget og sammenfatte disse i en modell til slutt.

2.2 Låtskrivingsprosessen

It's fun when I write something. I want more than anything in life to enjoy it all, to enjoy that process. And I think I actually do. I'll be glad when I'm done, but when I'm done then I'll think that that was actually the best part of it, you know: the process. Because it's pretty awful when nothing's going on. Lots of bad thoughts go into your mind, like «I'll never do this anymore. This is really terrible. I'm working and it's bad. I'm getting worse. Something's gone wrong with me. Maby I've gone bad as a person and I can't write well anymore.» You'd think you'd get over it, and you'd think you'd stop complaining about it. I mean, why should I be whining about it? I get tapes from people who are just dying to get a break. So why whine? It's better than having a regular job or something like that. - Randy Newman (Sitert i Zollo, 2003:273).

Låtskrivingsprosessen er en kreativ prosess. En definisjon på kreativitet de fleste kreativitetsforskere er enige om, er at kreativitet er en "produksjon av nyttige, nye produkter og idéer" (Mumford, Baughman, & Sager, 2003:20). Kreativitet er en kompleks prosess som er påvirket av ulike variabler: Fagkunnskaper, individuelle evner, motivasjon og personlighetstrekk (Ibid:20-21). Prosessen består av flere sentrale kognitive tankeprosesser hvor man (a) identifiserer eller konstruerer et problem, (b) leter etter- og velger ut relevant informasjon, (c) kombinerer og restrukturer kunnskap, (d) evaluerer og tenker kritisk (Ibid:24).

En firestegs modell

En modell for kreative prosesser som foreslår at prosessen er *lineær*, som for eksempel "den tradisjonelle fase paradigmen- preparation, ideation, illumination, verification", skiller idéskapning og evaluering i ulike faser (Nęcka, 2003:119). John Braheny (2006) har modifisert denne modellen for låtskrivingsprosessen: (1) I forberedelsesfasen formulerer man et problem man skal løse eller et definert mål man vil nå, og samler inn relevant informasjon for å kunne løse problemet. Foreberedelsen er en sum av min utdanning og kunnskap på feltet, min musikksmak og særegenhet. (2) I inkubasjonsfasen tar man fokuset *bort* fra problemløsningen. Ved å fokusere bort fra oppgaven kan hjernen jobbe med problemet i

underbevisstheten. (3) I den tredje fasen, i det såkalte "eureka-øyeblikket", "illumination-" eller "aha-opplevelsen", fødes idéen. I denne fasen er det viktig at man ikke er kritisk, men åpen for spontanitet. (4) I siste fase må idéen evalueres og eventuelt redefineres for så å starte prosessen på ny. Her skal man være kritisk til låta, reskrive og evaluere, og man kan oppleve et nytt eureka i denne fasen (Ibid:16). Edward Nečka (2003) problematiserer den lineære tankegangen som skiller idéskapning og evaluering fra hverandre. Han hevder at dette i praksis ikke stemmer, og at en slik tankegang vil lede til en prematur evaluering.

[...] any purposive behavior can start with the first check operation only if the goal is clearly stated. Otherwise, the checking phase is hard to perform because it relies on the comparison of the goal's parameters with the actual state of affairs. If the parameters are fuzzy, a comparison, if possible, is a matter of chance and guessing (Ibid:117).

En kreativ interaksjon

Nečka (2003) foreslår at vi må se på den kreative prosessen som en *interaktiv* prosess:

A pianist may begin to improvise tentatively at the keyboard without having any specific idea of what he or she wants to compose. Likewise, the first sketch of a drawing, or a single striking metaphor, may serve as the core of a future painting or of a would-be poem, respectively, although no specific idea of what the painting or the poem should be like yet exists. [...]. The first tentative structure - a chord, a sketch, or a metaphor - serves here as a core around which a future goal, as well as its more elaborated tentative structures, crystallize (Ibid:120).

Denne beskrivelsen illustrerer at det vil være problematisk å sette den kreative prosessen inn i en lineær modell fordi den kreative prosessen ofte opptrer dynamisk og vekslende. Interaksjonen skjer mellom (1) et *forestilt* eller planlagt dikt, teori, symfoni, eller lignende, som blir definert som et mål; og (2) idéer og handlinger man *utøver* for å nå målet, for eksempel å skrive ord eller å spille et instrument. Disse *tentative strukturerne*, materialet man produserer som en respons til den forestilte idéen, påvirker målet på flere måter: For det første virker det som at tentative strukturer kan skape et mål. Da pianisten startet med å spille en akkord uten å vite hva han eller hun ville skape, var det akkorden som dannet grunnlaget for et fremtidig mål. Det andre er at tentative strukturer kan bidra til å gjøre et mål både mer eller mindre presist. Hvis målet ikke kan bli tilfredsstilt av materialene må kunstneren enten presisere målet ytterligere eller redefinere det. Det å ha et mindre tydelig formulert mål kan gjøre det enklere for kunstneren å nå det. Et presisert og detaljert mål kan frata kunstnerens frihet til å være kreativ da han eller hun må prøve å tilfredsstille visse forventninger. Et detaljert mål kan frata kunstneren muligheten til å komme opp med andre løsninger (Ibid:119-120).

Som tidligere nevnt, deler Braheny (2006) låtskrivingsprosessen i to faser, hvor man først skaper og så reskriver og evaluerer. Necka (2003) mener at man ikke trenger å dele prosessen inn i en "produktiv, fantaserende og delt operasjon" på den ene siden, og så "reproduserende, utviklende og konvergent operasjon" på den andre siden (Ibid:123). Prosessen er skapende og evaluerende på samme tid, som to aspekter av en og samme mentale operasjon. Til forskjell fra den lineære modellen vil evaluering finne sted for hver tentativ struktur som oppstår i prosessen (Ibid:123-124).

Instead of the "produce first, judge afterward" schema, there is the continuous and practically never-ending process of making decisions whether a given tentative structure conforms to the goal, and how both partners have to be changed in order to make them more adequate and more compatible to each other. Such decisions and evaluations result, not in acceptance or rejections of ideas, but in changing the course and direction of the process (Ibid:124).

Evaluering handler ikke om å avvise eller godta idéene, men om at kursen og retningen i prosessen endres og justeres gjennom interaksjonen som skjer mellom målet og de tentative strukturene. Den interaktive modellen tar høyde for at evaluering av idéene er en like naturlig del av den kreative prosessen som produksjonen av nye idéer.

The process consists of continual trials to make tentative structures and ensuing versions of the goal more compatible to each other. Therefore, evaluation is not a separate stage or function, but is the very core of what is associated with the notion of creativity (Ibid:125).

2.3 Låtskriveren

Braheny (2006) har definert fire låtskrivertyper som illustrerer hvor ulik låtskrivingsprosessen kan være (Ibid:21):

- *"Deadline-låtskriveren"*: Arbeider i siste liten og er mest produktiv under press.
- *"Total focus-låtskriveren"*: Arbeider med ett prosjekt eller en idé av gangen. Liker ikke distraksjoner og bruker all den tiden han/hun trenger.
- *"Scattered-låtskriveren"*: Kan ha mange låter og idéer gående på en gang. Kan ha vanskeligheter med å holde konsentrasjonen og går fort lei, derfor går han/hun frem og tilbake mellom kjøleskapet og arbeidsrommet, rydder i huset og får dårlig samvittighet fordi han/hun ikke jobber hele tiden.
- *"Project-låtskriveren"*: Liker å ha et bestemt mål, et rammeverk og en avgrenset tidsramme. Er mest produktiv og motivert med en klar bestilling.

De fire låtskrivertypene viser at personligheten spiller en stor rolle for hvordan prosessen arter seg. Den sistnevnte typen er mest produktiv og motivert hvis målet for låtskrivingsprosessen er tydelig definert og tidsrammen er avgrenset, mens "*Total focus*"-låtskriveren trenger å ha fullt fokus på oppgaven og å unngå distraksjoner. Det er altså flere faktorer som kan spille inn på prosessen for hver av disse låtskrivertypene: Tidsaspekt, omgivelser og målformulering. Hvordan disse ytre faktorene påvirker prosessen må ses i lys av låtskriveren selv. Jeg vil tydeliggjøre at ordbruken av personlighetstyper eller *personlighet* ikke må blandes med terminologi som brukes innenfor psykologi. Begrepene er en måte å tydeliggjøre at låtskriver har individuelle karaktertrekk som påvirker hvordan prosessen ser ut.

Some writers can write only when they're alone. Some can write in a room full of people with the radio and TV going at the same time. Some need silence. Some, though they might be equally adept at writing words and music, are more productive in a collaboration (Ibid:21).

Braheny (2006) mener at bevisstgjøring er et tidsbesparende verktøy i låtskrivingsprosessen. Ved å bli bevisst på hva man selv liker eller trenger i låtskrivingsprosessen kan man mer effektivt oppnå det man ønsker (Ibid:11). Dette viser at selvrefleksjon er en nøkkel i møte med de ytre faktorene. Ved å bli bevisst på hva man selv foretrekker kan man oppsøke stillheten hvis det er hva man trenger, og på den måten kan *omgivelsene* påvirke låtskrivingsprosessen positivt. Han skriver også at det er like viktig å være bevisst på hva som *hemmer* kreativiteten, som det er å være bevisst på hva som *setter i gang* kreativiteten. Han har laget en liste over hva som kan hemme kreativiteten, basert på forskning gjort av Teresa Amabile⁹ (Ibid:16-17):

- Å bekymre seg for hva andre vil tenke om resultatet. Dette kan føre til at man blir motivert av ytre tilbakemeldinger i stedet for å drives av en indre motivasjon.
- Å føle seg overvåket mens man er kreativ. Dette kan bidra til at man sensurerer idéene og prøver å tilfredsstille andre.
- Å fokusere på berømmelse. Dette kan ta bort den indre motivasjonen ved å utføre det kreative.
- Å føle konkurranse. Dette kan bidra til at man lar andres reaksjoner avgjøre om man selv er fornøyd.
- Å ha for snevre valgmuligheter i prosessen.

⁹ Teresa Amabile, psykolog og forsker på kreativitet. Har blant annet forfattet bøkene *The Social Psychology of Creativity* (1983) og *Growing Up Creative* (1989)

Oppsummering

Låtskrivingsprosessen er en kompleks prosess bestående av låtskriver med dens fagkunnskaper, evner, motivasjon og personlighet, og flere kognitive tankeprosesser. Den interaktive modellen viser at den kreative prosessen er skapende og evaluerende på samme tid, hvor de tentative strukturene og målet påvirker hverandre kontinuerlig. Gjennom bevisstgjøring kan låtskriveren tilrettelegge omgivelsene rundt, formulere mål og sette en tidsavgrensning etter egne behov.

Da denne oppgaven fokuserer på de ytre faktorene, vil jeg ikke videre undersøke indre faktorer som fagkunnskaper, evner, motivasjon eller personlighet. De ytre faktorene jeg vil undersøke videre er:

1. Inspirasjon
2. Tentative strukturer
3. Målformulering
4. Omgivelser
5. Tidsaspektet
6. Evaluering

2.4 Ytre faktorer

I denne delen vil jeg gå nærmere inn på hver faktor som fremgikk av første del i kapittel to. Jeg vil diskutere hvorvidt de kan påvirke prosessen og samle dem i en modell til slutt.

2.4.1 Inspirasjon

Et sentralt begrep som går igjen i låtskrivingslitteraturen er ordet *inspirasjon*. Det ser ut til at inspirasjon er en viktig ingrediens i låtskrivingsprosessen:

Ideally, the inspiration is recognized as only part of the songwriting process. Your craft allows you to maximize the impact of your inspiration (Braheny, 2006:18).

Songwriting is all about capturing the moment of musical inspiration at its source. This is perhaps the single most important element of songwriting because, like the moment that rain turns to snow, at the instant of inspiration, your mind grows wings and a song takes flight (Peterik & Austin, 2010:9).

Braheny (2006) sier i første sitat at inspirasjon ideelt sett bare er en del av låtskrivingsprosessen og at håndverket kan tjene inspirasjonens påvirkning i prosessen. I det andre sitatet derimot, hevdes det at inspirasjonen kanskje er det viktigste elementet i låtskriving. I følge The Free Dictionary (Farlex, 2013) betyr inspirasjon en *stimulans til kunstnerisk virksomhet* eller en *impuls*. Inspirasjon kommer fra det latinske ordet *inspirare*, som betyr å *blåse* eller *ånne inn*. Innen fysiologi defineres også inspirasjon som en *stimulans* eller å *tilskynde* til noe (Store Norske Leksikon, 2009). Lisa Bonnár (2008) har skrevet en masteroppgave om hvordan musikken kan inspirere kunstnere i deres kreative prosesser, og i oppgaven har hun gjort et grundig litteratursøk innen psykologi og filosofi for å finne en definisjon på hva inspirasjon er. Hun omtaler inspirasjon som et komplekst fenomen det ikke er lett å definere med få ord.

Det transcenderende, bevegelige og dynamiske aspektet ved inspirasjonen kan være en døråpner for viktige aspekter i livet. Den kan gi økt innsikt, frihet, sensitivitet, skaperkraft, bevegelighet, motivasjon, og personlige ressurser som minner, drømmer og fantasier kan vekkes til live (Ibid:62).

Bonnár (2008) viser at inspirasjonen er en kompleks opplevelse. Inspirasjon kan oppleves i små øyeblikk som leder til endring: Å spise mer sunt eller å skrive et stykke musikk. Et inspirert øyeblikk kan også oppleves livsforvandlende, den kan omdefinere måten man lever på, eller skape en drøm man forfølger resten av livet. Inspirasjon kan også være med på å "utvide vår bevissthet og åpne opp våre iboende ressurser", og den "spiller på både lyse og mørke strenger i oss, og slik sett er en god kilde for kreativiteten" (Ibid:148-149). Hun mener også at det finnes noen forutsetninger for å bli inspirert. Ved å for eksempel lytte til et musikkstykke vil min sinnstemning og sensitivitet ha stor innvirkning på *om* og *hvordan* jeg opplever inspirasjon. Et og samme stykke kan oppleves ulikt etter hvilken sinnstemning man er i. Hun trekker frem at nysgjerrighet, spontanitet og åpenhet ser ut til å være viktige faktorer for å bli inspirert (Ibid:131-132).

I de to første sitatene kunne vi se at inspirasjon ble ansett som et viktig, om ikke sentralt, element i låtskrivingsprosessen. Bonnárs (2008) beskrivelse av inspirasjon som kompleks og en kilde for kreativiteten kan forklare hvorfor inspirasjonen er ansett som svært viktig i låtskriving. På bakgrunn av at inspirasjon er en stimulans eller en impuls må den likevel først og fremst forstås som en opplevelse, og derfor kan den karakteriseres som en ytre faktor som påvirker låtskrivingsprosessen.

2.4.2 Tentative strukturer

Den interaktive modellen for kreative prosesser viste at de tentative strukturene både kunne være utgangspunktet for et mål og påvirke målet. De tentative strukturene, altså materialet, vil være med å diktere prosessen. I boken *Songwriters on Songwriting* (Zollo, 2003) beretter Bob Dylan hvordan materialet kan diktere prosessen slik den interaktive modellen viser.

Changing keys influenced the writing of the song. Changing keys on the same instrument. For me, that works. I think for somebody else, the other thing works. Everything is different. - Bob Dylan (Siteret i Zollo, 2003:76)

Det å endre toneart påvirket hvordan Dylan komponerte. Zollo (2003) intervjuer Lenny Kravitz om hvordan låta "Fly away"¹⁰ ble til, og Kravitz gir oss et annet viktig innblikk i låtskrivingsprosessen:

I wrote that in the Bahamas when I was over there doing the Five record. I was traveling along the beach in my jeep, cruising. That's the vibe of the song. I didn't mean to write a new song. I had already finished the album and turned it in. And I was in the studio messing around with this guitar amp and this guitar, a Les Paul. I plugged in this guitar. And certain guitar sounds on certain guitars will inspire certain chord progressions. And that guitar sounded chunkiest right in that middle section. Just the combination of that Les Paul and this amp. I started playing those chords, and I liked the way it sounded. - Lenny Kravitz (Siteret i Zollo, 2003:719)

Kravitz ble inspirert av lyden på gitaren og gitarforsterken, noe som ledet til at han fant frem til en akkordrekke. Det er altså tydelig at utstyret han brukte var en svært viktig faktor i denne prosessen. Lyden i seg selv inspirerte han. Det viser at ikke bare materialet eller de tentative strukturene påvirket hans kreative prosess, men også valg av utstyr.

Necka (2003) beskrev, som tidligere nevnt, hvordan en pianist lot egne improvisasjoner danne utgangspunkt for låtskrivingsprosessen videre. Hvorvidt instrument eller valg av utstyr spiller en rolle i prosessen kommer ikke tydelig frem i den interaktive modellen. Likevel viser hendelsen til Kravitz at det er en sammenheng mellom lyden av utstyret og de tentative strukturene. Disse to kan derfor ikke skilles i selve idéskapningen. På bakgrunn av dette vil jeg ikke isolere tentative strukturer som en ytre faktor bort fra utstyr og instrument, men bruke begge begrepene samtidig i én og samme faktor. Jeg vil bruke *ustyr* som et samlebegrep for både instrument og annet utstyr for å gjøre begrepsapparatet så kortfattet som mulig.

¹⁰ Innspilt på albumet "5" av Lenny Kravitz (1998)

2.4.3 Målformulering

Jeg refererte tidligere til Necka (2003) som hevdet at et for tydelig definert mål kan virke begrensende. Dette er fordi det kan stenge for andre løsninger og hindre kunstneren i å gå andre veier. Det samme stod beskrevet i siste punkt i Brahenys (2006) liste over hva som hemmer kreativiteten. Et mål kan både ta utgangspunkt i de tentative strukturene eller en formulert idé, og låtskriveren kan velge å definere målet åpent for flere mulige løsninger.

I boken *6 Steps to songwriting success* skriver Jason Blume (2004) at det å kjenne en artists identitet, både tekstlig og musikalsk, samt ha kunnskap om målgrupper, er et rammeverk som vil bidra til relevante valg i låtskrivingsprosessen (Ibid:35). Målformuleringen handler både om målet for selve skriveprosessen og å definere en kontekst som utgjør et ytre rammeverk.

Et siste aspekt med målformulering handler om *agenda*. Hver låtskriver kan definere hvor mange låter man vil arbeide med parallelt. Låtskrivertypene i punkt 2.2.2 viser tydelig variasjoner. "*Scattered*"-typen kunne arbeide med flere idéer samtidig, mens "*Project*"-typen på den andre siden arbeidet mer konstruktivt og motivert med ett bestemt prosjekt.

2.4.4 Tidsaspektet

Den kreative prosessen foregår over tid. Hvor lang tid man bruker i låtskrivingsprosessen varierer fra låtskriver til låtskriver.

I have patches where I do sit and do it every day. But after a certain amount of time, you just get tired and you have to stop anyway and let whatever's happening beneath the surface bubble around and wait for it to break through. Then you can go back. - Paul Simon (Siteret i Zollo, 2003:119).

Steven Johnson (2010) har forsket på hvordan idéer oppstår. Han hevder at det er viktig å forstå at en idé ikke er en enkel ting i et mystisk øyeblikk, men et nytt nettverk av koblinger i hjernen som oppstår over tid.

We have this very rich vocabulary to describe moments of inspiration. We have the kind of the flash of insight, the stroke of insight, we have epiphanies, we have "eureka!" moments, we have the lightbulb moments, right? All of these concepts, as kind of rhetorically florid as they are, share this basic assumption, which is that an idea is a single thing, it's something that happens often in a wonderful illuminating moment (Johnson, 2010).

Johnson (2010) mener at vi tar idéer fra andre, lar oss inspirere av dem, bruker det vi har lært og setter det sammen til noe nytt. Ifølge han er det fort gjort å innskrenke idéen til selve eureka-øyeblikket, men inkubasjonstiden i forkant er en viktig del av forhistorien. Den vage

forestillingen av en idé kan eksistere i sinnet over lengre tid som en slags langsam anelse før alle trådene faller på plass i et nytt nettverk, til en ny idé (Johnson, 2010). Paul Simon uttalte at han noen ganger trengte å la idéene vokse frem selv uten å "tvinge dem". Skal vi ta høyde for at idéer oppstår over tid, slik Johnson (2010) hevder, så er pauser i skriveprosessen en viktig del av arbeidsrytmen.

Brahenys (2006) låtskrivertyper forholdt seg ulikt til en gitt tidsramme. Noen var mer produktive med en klar avgrensning i tid, mens andre jobbet best uten slike rammer.

[...] Whether it's time or whether it's expectation. The best way to write a song, for me anyway, is to have no expectation at all and to make sure you put no pressure at all on yourself. - Alanis Morissette (Sitat i Zollo, 2003:657-658).

Blume (2004) skriver om verdien av å utføre låtskrivingen på riktig tidspunkt. Han hadde selv forsøkt å skrive låter da han kom hjem etter lange dager på jobb, og opplevde at det var vanskelig å være kreativ på dette tidspunktet. Arbeidet var lite fruktbart. Istedet begynte han å stå opp tidligere, og skrev låter i 45 minutt før arbeidsdagen startet. Det bidro til gode, inspirerte skriveøkter og bedre resultat fordi han var mer opplagt (Ibid:241).

Blume (2004) nevner også at det kan være viktig å prioritere og rydde plass til låtskriving i timeplanen (Ibid:241). I Zollos (2003) intervjuer kommer det frem at flere låtskrivere har funnet frem til en rutinebasert låtskrivingsprosess:

Randy Newman was one of the first guys that I ever heard talking about getting into a routine and going down to the office every day, that really helped him get organized and get some work done. When I moved back to the East Coast, I started doing that. I thought, "I'm willing to risk whatever this inspiration thing is, this intangible. I'm willing to risk that it's not at the beach or in Hawaii or in the Big Sur or in some other country, on some trip, some external influence. And I'm willing to bet that I can find it at my office if I go there every day". And I started going to my office every day as an experiment just to see, could I work there, would ideas come? I found that it's just been a totally enjoyable experience. A really enriching thing to be centered like that and work every day and really have so much time, so much time to do it. Because I give myself time. And I do it. And so, just to have that luxury of all that time to work on songs. - Jimmy Webb (Sitert i Zollo, 2003:165-166).

Webb beskriver hvor godt han arbeider når han har mye tid disponibelt. Dette er også i tråd med Johnsons (2010) teori om at nye idéer oppstår over tid. Alt tyder på at det er viktig å planlegge nok tid til å skrive. Hvorvidt man ønsker å gjøre låtskrivingen til en rutine kan handle om den bakenforliggende motivasjonen ifølge Bob Dylan:

[...]my songs aren't written on a schedule like that. [...] It's been more confessional than professional... Then again, everybody's in it for a different reason (Zollo, 2003:82).

2.4.5 Omgivelsene

Nye idéer er nye nettverk eller tankestrukturer i hjernen. Johnson (2010) mener at det er viktig å spørre seg *hvilke* omgivelser som gir grobunn for slike nye nettverk. Han forteller at forskeren Kevin Dunbar ville svare på dette spørsmålet, og at han undersøkte derfor flere store forskningsmiljøer. Det viste seg at idéene ikke oppstod da hver enkelt forsker satt ved datamaskinen i dype tankerekker og hadde sitt mystiske øyeblikk av ny innsikt, men at de oppstod ved de ukentlige, noe kaotiske, stabsmøtene. Når alle samlet seg, ble nye innsamlede data lagt på bordet, og utfordringer og mangler ble delt i fellesskap.

Slike samlingspunkt av ulike individer med ulike idéer, bakgrunner og interesser blir en smeltedigel av forskjeller som kan lede til nye idéer. Ulikhetene kan være på kollisjonskurs, men det er nettopp her det ligger en nøkkel til nye nettverk ifølge Johnson (2010). Denne informasjonen kan kanskje virke irrelevant i møte med låtskrivingsprosessen, men det er en tydelig sammenheng mellom idéskapning og kvaliteten på omgivelsene. Omgivelsene kan ha stor betydning for å generere nye idéer da de kan gi inntrykk og skape nye nettverk. Tidligere refererte jeg til hvordan Kravitz skrev låta "Fly away". Det var tydelig at omgivelsene hadde en direkte innvirkning på låtskrivingen:

I was traveling along the beach in my jeep, cruising. That's the vibe of the song. - Lenny Kravitz (Sitert i Zollo, 2003:719)

Bob Dylan mente at omgivelsene hadde stor betydning for prosessen, og at de kunne bidra på flere måter:

Now for me, the environment to write the song is extremely important. The environment has to bring something out in me that wants to be brought out. [...] People need peaceful, invigorating environments. Stimulating environments (Sitert i Zollo, 2003:82-83).

Stig Hjerkin Haug (2005), universitetsforeleser i kreativitet og forfatter, formidler gjennom boken *Kreativ ABC* hvordan man kan utvikle sine kreative evner og hvilke omgivelser som er viktige for å tenke kreativt. Haug (2005) skriver at tidligere erfaringer og kunnskap er med på å danne tankestrukturer i hjernen i form av ulike skjema. Hvis man hører ordet bryllup vil man automatisk assosiere til lignende skjemaer som vielse, taler og gaver. Disse tankestrukturene er nødvendige for å ikke bli handlingslammet, men for å kunne tenke nytt må man bryte tankerekke og unngå å følge disse etablerte assosiasjonsbåndene. En slik utbrytningen er kreativ tenkning, og den krever at det må være lov å gjøre feil. Man må tørre å være leken, fantasierende og tenke annerledes (Ibid:48). Omgivelsene er sentrale for å skape

en trygghet som gir rom for å være leken, fantasere og å tenke annerledes. Her er Haug (2005) helt på linje med Braheny (2006) som beskrev faktorer som hemmer kreativitet: Det å føle seg overvåket, å bekymre seg for hva andre mener eller å føle konkurranse. Dette stemmer også overens med hva Bonnár (2008) hevder er forutsetninger for å bli inspirert: Man må være åpen og nysgjerrig.

Hvordan omgivelsene skal være, vil variere fra låtskriver til låtskriver. Braheny (2006) refererte, som nevnt, til at enkelte låtskrivere trenger å arbeide konsentrert uten distraksjoner, mens andre kan jobbe der det er lyd.

If you listen to my tapes, you hear all sorts of background noises, like children playing, and you wonder to yourself how a person can create under those circumstances. But you learn to just shut out everything around you. - Lamont Dozier (Sitert i Zollo, 2003:151)

Dozier har lært seg selv å finne arbeidsro på tross av hvordan omgivelsene var rundt, mens Randy Newman, som jeg tidligere siterte, hadde behov for å disiplinere seg selv til å legge bort telefonen og unngå å snakke med andre når han skulle skrive. Han trengte ro for å kunne arbeide konsentrert (Zollo, 2003:272).

2.4.6 Evaluering

I begynnelsen av kapittelet kom det frem at en av faktorene som påvirker den kreative prosessen er evaluering. Necka (2003) hevder at kunstneren selv er i stand til å avgjøre om han er fornøyd, og at idéen i første omgang ikke trenger å bli evaluert av omverden:

I assume, however, that the creative idea is initially born and preliminarily judged within the boundaries outlined by the individual creator's mind. Even though many important factors contribute interactively to the final outcome, the act of creation will always be a private event. This assumption holds, in my opinion, both to the production of ideas and to their judgment, and any plausible theory of the creative process has to take it into account (Ibid:116).

Når en forfatter skriver en tekst og reagerer med å være skuffet, viser det at forfatteren har en forventning til hvordan det burde være. Ifølge Necka (2003) viser dette at kunstneren kan evaluere sine egne idéer. Kunstneren har ofte en følelse av at idéen er "riktig" eller "gal" fordi han vet hva han vil uttrykke emosjonelt i underbevisstheten. Det vet han på tross av at det ikke er mulig å uttrykke det verbalt (Ibid:121).

Did you know at the time that it was great? Oh yeah. You can always tell when you've got a good line. - Paul Simon (Sitert i Zollo, 2003:97)

I sitatet ovenfor spør Zollo (2003) Simon hva han tenkte om låta "Like A Bridge Over Troubled Water"¹¹ da han skrev den. Det kan virke som han er av samme oppfatning som Necka (2003) som mener at kunstneren selv er i stand til evaluere sine egne idéer. Hvis evalueringen kun skjer av kunstneren alene, er ikke nødvendigvis den en ytre faktor som er tilstede i prosessen. Zollos (2003) intervju med Rickie Lee Jones viser et eksempel på hvordan en ytre evaluering påvirket låtskrivingsprosessen:

I probably shouldn't mention any names, but I had somebody say to me really early in the writing of a song, "Well, that's fine, Rickie, but what will somebody in Illinois think of it?" [laughs] And I went, "Oh, God." And it caused the song to mutate. I wrote, like, six different versions of it. It was a really good song as it was. - Rickie Lee Jones (Sitert i Zollo, 2003:485)

Det kan virke som at tilbakemeldinger fra andre kan ha en negativ innvirkning på prosessen hvis den er av en negativ karakter.

[...] I'm very susceptible to the things, especially the negative ones, that people say. It's really easy to cause them [the songs] to mutate. - Rickie Lee Jones (Sitert i Zollo, 2003:485)

2.5 Oppsummering av de ytre faktorene

Jeg vil samle funnene fra teorikapittelet i en modell over de ytre faktorene:

1. **Inspirasjon:** Inspirasjon er en opplevelse som kan gi skaperkraft og motivasjon. Det er en døråpner til det å være kreativ. Sinnsstemning kan påvirke opplevelsen, og ved å stille seg åpen og nysgjerrig kan man tilrettelegge for å bli inspirert.
2. **Tentative strukturer og utstyr:** Instrumenter, utstyr, små improviserte motiv eller annet vil påvirke målet underveis i prosessen. De kan inspirere, samt skape et grunnlag for et mål i prosessen.
3. **Målformulering:** Definerer av målet for skriveprosessen, rammeverket rundt, og en agenda. En åpen målformulering kan gi låtskriveren mulighet til å komme opp med ulike løsninger, og et mål kan (og vil oftest) være i endring underveis.
4. **Tidsaspektet:** Definerer av en ytre tidramme som åpen eller avgrenset, planlegge tidspunkt eller klokkeslett for låtskrivingen, ta pauser og planlegge nok tid til at idéer kan vokse frem. Prosessen kan også struktureres som rutinemessig arbeid.

¹¹ Innspilt på albumet *Like a bridge over troubled water* med Simon & Garfunkel (1970)

5. **Omgivelser:** Omgivelsene kan gi arbeidsro og skape trygghet til å utfolde seg kreativt. De kan både inspirere og bidra til nye idéer.
6. **Evaluering:** Å eksponere skriveprosessen til andre kan påvirke arbeidet. En negativ respons kan stoppe eller prosessen. Hvis man ikke involverer noen andre i låtskrivingsprosessen er ikke *evaluering* nødvendigvis en ytre faktor som er tilstede.

3 METODEKAPITTEL

I dette kapittelet vil jeg redegjør for oppgavens forskningsdesign og gi en kort presentasjon av undersøkelsen. Jeg vil forklare rammeverket for låtskrivingsprosessen og min arbeidsmetode.

3.1 Aksjonsforskning

Aksjonsforskning har et syklisk vesen hvor man hele tiden tar lærdom fra en aksjonsperiode og viderefører til den neste. Målet er å generere ny kunnskap ved å systematisk forbedre seg (McNiff & Whitehead, 2006:7). Med aksjonsforskning som metode ble jeg deltaker i eget forskningsprosjekt. Målet var ikke først å fremst å gjøre et selvstudie, men å forbedre min egen låtskrivingsprosess. Gjennom å undersøke min egen prosess gjennom flere aksjonsperioder fikk jeg mulighet til å få et detaljert innblikk i de mentale prosessene som skjedde underveis. Jeg mener et slikt innblikk var nødvendig for å forstå *hvordan* de ytre faktorene kan påvirke prosessen. Gjennom min erfaring av *virkingen* av de ytre faktorene, har jeg utpekt *hvilke* ytre faktorer som finnes.

En aksjonsperiode består av fire faser: (1) Planlegging, (2) gjennomføring, (3) observasjon og (4) refleksjon. I første fase planlegger man hvordan man kan forbedre den allerede eksisterende aktiviteten. I mitt tilfelle planla jeg hvordan jeg kunne tilrettelegge de ytre faktorene for en forbedret prosess. Etter at jeg hadde gjennomført låtskrivingsprosessen i fase to, observerte jeg hvilken effekt dette hadde på prosessen. Dette dannet grunnlaget for refleksjon i fjerde fase. Refleksjonen ga deretter et videre utgangspunkt for planleggingen av neste aksjonsperiode (Herr & Anderson, 2005:5). Ved å anvende kunnskap fra den første perioden i den neste, forbedret jeg prosessen systematisk. Jeg la til rette de ytre faktorene for en forbedret prosess, og på den måten kom *nye* ytre faktorer eller aspekter til syne underveis.

Mine erfaringer vil sansynligvis ikke være like relevant for alle type låtskrivere. Min deltakende rolle vil også påvirke forskningen i aller høyeste grad, men jeg tror likevel at min undersøkelse kan ha troverdighet på bakgrunn av mitt ståsted som låtskriver. Det at jeg åpner opp og gir innsyn i min egen prosess gjennom resultatkapittelet, gir andre låtskrivere mulighet til å lære av mine erfaringer. Ann Kristin Larsen hevder gjennom boken *En enklere metode* (2007) at det ikke er mulig å forholde seg objektiv til forskningen, fordi "bak all forskning står det mennesker som har sine erfaringer, verdier og holdninger. Det er vanskelig å legge dette fra seg når en forsker" (Ibid:16). Aksjonsforskere vil invitere andre til å lære med dem

utifra praktiserte teorier, og ønsker derfor ikke å generalisere sin kunnskap. Kunnskap er konstruert, imotsetning til oppdaget, og alle svar er åpne for modifikasjoner. Den kan være sann for meg som har vært en del av forskningen, men svarenes pålitelighet må etterprøves og undersøkes av flere før man kan peke på tendenser (McNiff & Whitehead, 2006:27).

Aksjonsforskning ønsker altså å validere ny kunnskap gjennom å vise til praksis. Oppgavens problemstilling ønsker å besvare hvilke ytre faktorer som kan påvirke prosessen. Jeg vil tydeliggjøre at hensikten med denne oppgaven ikke er å generalisere eller utpeke noen tendenser for hvordan de ytre faktorene kan *innvirke*. Jeg håper at en økt bevisstgjøring rundt *hvilke* faktorer som finnes og hvordan de *kan* ha en innvirkning kan bidra til å styrke grunnlaget for hver enkelt låtskrivers selvrefleksjon i møte med prosessen.

3.2 Presentasjon av undersøkelsen

Jeg vil kort gjennomgå de tre aksjonsperiodene jeg har gjennomført:

Første aksjonsperiode ble gjennomført i Firenze. Målet var å se på hvordan det å optimalisere *omgivelsene* ville påvirke prosessen. Perioden hadde en tidsramme på 3,5 dager, og siden jeg reiste alene hadde jeg ingen andre forpliktelser enn låtskrivingen.

Andre aksjonsperiode foregikk i Mannheim, hvor jeg bodde på den tiden. Jeg ønsket å bruke erfaringene fra første periode, og satte derfor søkelys på *tidsaspektet*. Hvordan ville det å strukturere prosessen i en timeplan påvirke skrivingen? Tidsrammen og fasilitetene var tilnærmet like som i første periode, men arbeidsstrukturen var et nytt element som skilte periodene fra hverandre når det gjelder tidsaspektet.

I siste aksjonsperiode ønsket jeg igjen å endre på tidsrammen. De to første periodene hadde en tidsramme på rundt tre dager, noe som resulterte i at jeg ikke fikk skrevet ferdig en låt. Den tredje perioden fikk derfor en tidsramme på seks uker slik at jeg kunne observere hvilke ytre faktorer som innvirket på prosessen *over lengre tid* til en låt var ferdig skrevet. Tredje periode foregikk også i Mannheim med samme fasiliteter som den foregående perioden.

Da jeg forberedte undersøkelsen var jeg i planleggingsfasen for en plateinnspilling. Albumet skulle inneholde eget skrevet materiale fra mitt artistprosjekt. Siden jeg fortsatt trengte flere låter til denne innspillingen, var det naturlig at det overordnede målet for aksjonsforskningen skulle være å skrive låt(er) til dette albumet. På den måten ble låtskrivingen i aksjonsforskningen relevant og målbevisst, en viktig motivasjonsfaktor for min skriveprosess.

Dette skapte et tydelig rammeverk for undersøkelsen, hvor mitt artistprosjekt utgjorde konteksten for låtskrivingen.

3.3 Arbeidsmetode

Jeg vil videre kort forklare hvordan min arbeidsmetode er. Jeg mener dette er viktig å vite, da min fremgangsmetode vil prege aksjonsforskningen:

- Jeg starter å spille toner eller akkorder på et instrument og nynner eller leke-synger over. På denne måten improviserer jeg fritt og leter etter idéer i sanntid.
- Når det dukker opp en melodi, en akkord eller noen ord jeg liker, så gjentar jeg denne idéen flere ganger. Jeg forsøker å bearbeide og utvikle idéen til noe konkret: En tydelig melodi, et instrumental riff, en akkordrekke, en tekstlinje, eller en kombinasjon av disse. Når jeg liker idéen tar jeg den opp for å huske den.
- Etter at en idé er etablert, skaper denne idéen utgangspunkt for prosessen videre. Jeg gjentar samme prosedyre som beskrevet med den etablerte idéen som grunnlag.

Det var et bevisst valg å arbeide med den arbeidsmetoden jeg oftest anvender. Jeg har tidligere erfart at prosessen kan variere i stor grad med den samme fremgangsmetoden. Prosessen kan variere i tid og opplevelse. Jeg mener at utgangspunkt i en metode jeg allerede er kjent med vil gjøre at jeg er bedre rustet til å oppfatte hvilke ytre faktorer som spiller inn på prosessen. Å teste ut ny metoder kan rette oppmerksomheten min på feil sted. Dette kan bidra til at jeg ikke er i stand til å øyne de ytre faktorene, fordi metoden tar all oppmerksomhet.

4 RESULTATUTVIKLING

I dette kapittelet vil jeg gå nærmere inn på hver enkelt aksjonsperiode. Som jeg tidligere har nevnt, består hver periode av fire faser. I første fase planla jeg *tidsaspektet, omgivelser* og *utstyr*. Jeg ønsket å tilrettelegge disse ytre faktorene etter slik jeg på forhånd mente ville fremme skriveprosessen i hver periode. Da jeg gjennomførte skrivingen brukte jeg loggbok og taleopptaker. I loggboken noterte jeg stikkord om min opplevelse, hendelsene og tidspunkt, mens taleopptakeren var en måte å ta vare på idéene. I observasjonsfasen gikk jeg gjennom opptakene og loggen for å se hvordan prosessen hadde artet seg. På bakgrunn av dette har jeg skrevet mine egne refleksjoner i hver aksjonsperiode.

Jeg har valgt å ikke legge ved loggboken og taleopptakene i denne oppgaven av flere grunner. Den ene er at jeg har observert og reflektert rundt mine egne mentale opplevelser av prosessen. Loggføringen har ikke stor nytteverdi for andre enn meg selv fordi den ikke er særlig leselig for andre. Refleksjonene har basert seg på de store linjene i prosessen, og derfor er det heller ikke nødvendig å legge ved en detaljert logg som beskriver hendelser, klokkeslett og stikkord om opplevelsen.

Det andre er at taleopptakene først og fremst hadde til hensikt å være et hjelpemiddel i prosessen. Jeg brukte taleopptaker hovedsakelig til å kunne huske idéene jeg jobbet med, men i etterkant har jeg likevel brukt dem som en del av refleksjonen. Jeg har sammenlignet opptakene med loggen for å se hvordan min opplevelse har preget idéene. I retroperspektiv har jeg kunnet sammenligne min egen oppfatning i etterkant med oppfatningen av idéene underveis. Dette har bidratt til at jeg har sett de større linjene i prosessen. Idéene og låtutkastene jeg skrev er heller ikke relevant for å kunne besvare oppgavens problemstilling om *hvilke ytre faktorer som kan påvirke prosessen*.

4.1 Aksjonsperiode 1 i Firenze

I denne perioden ville jeg reise bort til nye omgivelser. Jeg ønsket å tilrettelegge de ytre omstendighetene slik at de var mest mulig optimale for låtskrivingsprosessen. Ved å reise bort ville aspekter som hverdagsstress, bekymring, andre forpliktelser og gjøremål, bli værende hjemme. En reise ville også naturlig frigi tid og mentalt fokus til å dreie seg om låtskriving. Målet for første aksjonsperiode var derfor slik:

Hvordan vil optimalisering av ytre omgivelser påvirke låtskrivingsprosessen?

4.1.1 Planlegging

Jeg fikk låne en leilighet av det norske Tekstforfatterfondet i Firenze, i Italia. Leiligheten var romslig: Den inneholdt to kontorer, stor stue, kjøkken og panorama utsikt over området. Jeg hadde inntrykk av at det var optimale og inspirerende omgivelser å arbeide i, ut i fra andre kollegaer som hadde vært der før. Leiligheten hadde diverse utstyr tilgjengelig: El-piano, arbeidspult, små høyttalere, mikrofonstativ og en akustisk gitar. For å kunne ha flere valgmuligheter planla jeg å ta med noe eget utstyr:

- MIDI Keyboard og mikrofon
- Laptop og lydkort med nødvendig programvare¹² til å kunne gjøre opptak og anvende ulike lyder på keyboardet
- Taleopptaker på mobiltelefonen, penn og papir

Jeg reiste alene og hadde en tidsramme på 3,5 dag. Tidsrammen var helt åpen slik at jeg kunne arbeide når det passet best, alt etter opplevelsen av inspirasjon og tidspunkt jeg var mest kreativ. Jeg forberedte noen aktiviteter jeg kunne gjøre hvis jeg prosessen stoppet opp eller manglet inspirasjon: Gå tur, høre på musikk, ta kaffepauser, gjøre låtskrivingsøvelser som for eksempel flowskriving. Utifra erfaringene mine visste jeg at 3,5 dag både kunne være mye tid og lite tid. Mitt mål var å skrive en til fem låtskisser, uten å raffinere og bearbeide dem ferdig i løpet av aksjonsperioden. På bakgrunn av det antok jeg at det var mulig å oppnå resultater innenfor tidsrammen.

Jeg hadde et ønske om å skrive en up-tempo låt, men hovedfokuset mitt var å skrive bra låtmateriale. Up-tempo var et ord jeg assosierte med visse kvaliteter, uten at jeg hadde noen konkrete musikalske idéer til hva det kunne være. Jeg prøvde hovedsakelig å innstille meg på at jeg var åpen for alle idéer og at jeg kunne skrive hva som helst.

Jeg gledet meg over lengre tid på forhånd til oppholdet. I planleggingsfasen var jeg bevisst på å legge forventningene til skriveprosessen så lavt som mulig slik at jeg ikke skulle bli skuffet eller stresset med tanke på resultatoppnåelsen. Planen for første aksjonsperiode var som følgende:

¹² Logic (digitalt opptaksprogram) og MainStage (software program for live-performance med ulike instrumentlyder)

Tid:	Mål	Metode
Dag 1 (kveld)	Ankomst. Rigge opp utstyr på kontoret. Begynne med låtskriving hvis jeg fikk tid.	Jobbe med utgangspunkt i arbeidsmetoden beskrevet i metodekapittelet (kapittel 4)
Dag 2 (hele dagen)	Jobbe så mye som mulig. Mål om å skrive en til fem utkast i løpet av perioden.	Ditto
Dag 3 (hele dagen)	Ditto	Ditto
Dag 4 (hele dagen)	Ditto	Ditto

4.1.2 Gjennomføring

Leiligheten var langt bedre enn jeg hadde forestilt meg, og omgivelsene var i sin helhet optimale. Jeg fikk arbeidsro og fullt fokus på låtskrivingen. Jeg var helt ekstatisk da jeg ankom Firenze, og energinivået og motivasjonen var på topp. Jeg var inspirert av stedet, sov godt og tok tid til å nyte god mat og drikke underveis.

I løpet av oppholdet varierte jeg mellom kontor, kjøkken og stue som arbeidsrom. Jeg rigget opp alt utstyret på kontoret, men jeg kunne ta med gitaren og taleopptakeren de gangene jeg ønsket å arbeide i andre rom. Jeg brukte flere ulike lyder og effekter på pianoet, og vekslet mellom piano og gitar som hjelpeinstrument. Jeg hadde planlagt å bruke opptaksprogram på laptopen, men første kveld støtte jeg på en teknisk utfordring. Da det tok mye tid å løse problemet, valgte jeg å bruke taleopptakeren resten av oppholdet. Dette var for å unngå unødvendige forstyrrelser i skriveprosessen. Jeg jobbet stort sett fra morgen til kveld, med små pauser underveis, samt en lengre middagspause med påfølgende tur ut på kvelden.

I løpet av oppholdet anvendte jeg flowskriving, lytting til annen musikk og tankekart som verktøy. Dette anvendte jeg de gangene skriveprosessen stoppet opp. Jeg kom opp med 17 idéer, hvor tre av dem var mer eller mindre halvferdige utkast til låter. Utkastene bestod av vers og refreng med melodi og tekst, men manglet en bro-del før utkastet var ferdig. Etter oppholdet opplevde jeg at jeg ikke hadde oppnådd målet fordi jeg var av den oppfatning at jeg

ikke kom til å bruke noe av materialet videre. I løpet av aksjonsperioden var det utfordrende å avgrense arbeid og pauser, og det resulterte i at jeg var mentalt i arbeidsmodus nesten kontinuerlig.

4.1.3 Observasjon

Jeg vil i trekke frem to viktige observasjoner fra perioden. Den ene er den enorme opplevelsen av inspirasjon og den andre er hvordan skriveprosessen var preget av dårlig konsentrasjon. Sammenhengen mellom de to opplevelsene vil jeg videre diskutere i refleksjonsdelen (punkt 4.1.4).

Omgivelsene og reisen i seg selv var svært inspirerende. Jeg fikk konkrete tekstlige og/eller musikalske idéer inspirert av hva jeg så, og omgivelsene bidro til at oppholdet opplevdes energigivende. Jeg opplevde å ha god arbeidsro uten ytre distraksjoner, jeg var svært motivert for å skrive, sov godt og spiste god mat og drikke. Generelt var oppholdet en positiv opplevelse. Utstyret jeg hadde tatt med meg ga meg flere valgmuligheter, og alt i alt opplevde jeg omgivelsene som optimale for å arbeide. Opplevelsen av inspirasjon var merkverdig høy, og idéskapningen det samme.

Til tross for at ytre omstendigheter lå til rette for en god skriveprosess, støtte jeg på andre utfordringer underveis. Jeg opplevde å bekymre meg for resultatoppnåelsen, og det gjorde at jeg kjente på et negativt forventningspress. Utifra loggen kan jeg se at jeg brukte kort tid på å finne frem til en ny idé. Som jeg nevnte, var idéstrømmen høy, men jeg brukte like kort tid på å forkaste idéene.

Har vært gjennomgående motivert. Sliter med konsentrasjonen når jeg ikke føler meg inspirert. Har vært veldig opp og ned i løpet av dagen. Sitat loggbok

Det at jeg forkastet idéer hyppig ga en opplevelse av at skriveprosessen gikk i rykk og napp. Opplevelsen av inspirasjon så ut til å følge dette mønsteret. Det så ut til at jeg bedømte idéene som god eller dårlig like etter at en idé var laget. Hver gang jeg forkastet en idé forsvant konsentrasjon, og skriveprosessen stoppet enten opp eller opplevdes treg.

4.1.4 Refleksjon

Det at jeg opplevde inspirasjonen så sterkt, stod i kontrast til prosessen. Denne kontrasten har gitt meg mulighet til å forstå at det kan være andre faktorer som spiller inn i prosessen. Jeg vil

først utdype den mulige årsaken til at prosessen gikk i rykk og napp. Deretter vil jeg se om det finnes en sammenheng med de ytre faktorene.

I retrospektiv har jeg sett at låtskrivingsprosessen var tettere knyttet til mine forventninger til resultatoppnåelsen enn jeg var klar over. Det så ut til at mine forventninger overstyrte påvirkningskraften av opplevelsen av inspirasjon. Som jeg skrev innledningsvis, var jeg innstilt på å være åpen for alle idéer. Jeg planla at jeg kunne gi bort de låtene jeg ikke ville bruke til eget artistprosjekt. Jeg tenkte at det viktigste var å oppnå målet om å skrive *noe*. Denne innstillingen burde bidra til at jeg ville brukt mer tid på hver idé. Målet for resultatoppnåelsen viste seg derimot å ikke dreie seg om *antall* låter, men om kvaliteten.

Akkurat nå ganske demotivert. Føler jeg spyr ut det samme om og om igjen - i ulike varianter. Eller at jeg hører andres låter i mine idéer. Plagiat nesten. Jeg er så motivert for å lage noe, men er frustrert og demotivert av det jeg "lager". Sitat fra loggbok

Som sitatet illustrerer hadde jeg forventninger om å være original. Det ser ut til at jeg evaluerte idéene oppmot et ønsket resultat jeg ikke visste hva var. Jeg bedømte hver idé like etter at idéen var oppstått, fremfor å bearbeide den. I etterkant stiller jeg meg spørrende til hvorvidt jeg evnet å evaluere på en konstruktiv måte. Hver gang jeg avsto idéene og konkluderte dem som dårlige, kan det hende at jeg tok riktig avgjørelse. Det er en mulighet for at idéene og låtutkastene jeg laget i første aksjonsperiode ikke hadde et godt nok utgangspunkt for å bli ferdige låter jeg ville brukt i fremtiden. På en annen side kan det være at jeg tok feil, at min dømmekraft ikke var konstruktiv. Det vil isåfall bety at jeg har forkastet idéer som kunne utviklet seg til å bli gode låter.

Mitt ståsted som låtskriver for eget artistprosjekt gjør at jeg har et behov for å identifisere meg med låtene jeg skal synge, både musikalsk og tekstlig. Dette vil i utgangspunktet gjøre at jeg unngår å skrive låter som ikke passer inn i mitt kunstneriske uttrykk. Likevel kan det være at rammeverket, eller konteksten, hindrer meg fra å fornye uttrykket.

En mulig årsak til at jeg forkastet idéene hyppig kan være tidsrammen på oppholdet. Da jeg ankom Firenze opplevdes 3,5 dag som mye tid. Jeg reiste alene, og hadde derfor ingen begrensninger for hvor lenge- eller hvilket tidspunkt jeg skulle arbeide. 24 timer i døgnet var tilgjengelig, og det hørtes ideelt ut. Denne åpne tidsrammen kan ha vært årsaken til at jeg ikke klarte å koble av i pausene. Det er da mulig at jeg ikke fikk hvilt nok i løpet av arbeidsdagen til å holde konsentrasjonen oppe og å bedømme idéene konstruktivt. Det andre er at jeg

opplevde å bli stresset over resultatoppgåelsen, at jeg måtte rekke å skrive ferdig en låt før perioden var over.

Funn i aksjonsforskningen

I første aksjonsperiode fikk jeg undersøkt hvordan *omgivelsene* og *tidsaspektet* påvirket låtskrivingsprosessen. Jeg håpte at optimalisering av omgivelsene ville påvirke prosessen positivt. Det ser ut til at omgivelsene ikke alene kunne bidra til dette. Dårlig konsentrasjon og det at jeg forkastet hyppig idéer ser ut til å henge sammen med tidsrammen for oppholdet. Den kan ha bidratt til at jeg ikke klarte å skille mellom arbeid og pauser, noe som også kan ha påvirket konsentrasjonen.

Jeg har erfart noen viktige ting fra første aksjonsperiode som jeg vil ta med meg videre:

1. Det var en positiv opplevelse å reise bort for å utelukkende fokusere på låtskriving. Oppholdet har vist at omgivelsene kan påvirke låtskrivingsprosessen, men det er ikke sikkert at de må være optimale for å kunne påvirke positivt til prosessen. Det er viktig at de er funksjonelle og at de gir arbeidsro. Det tekniske problemet jeg møtte på i starten av oppholdet viser at utstyr kan hemme prosessen fordi det tok mitt fokus bort fra låtskrivingen. Jeg kan av naturlige grunner ikke dra til Firenze for hver låtskrivingsprosess, og derfor vil et lignende opphold først og fremst være til inspirasjon og motivasjon de gangene en slik mulighet tilbyr seg. Omgivelsene kan både inspirere, motivere til innsats og bidra til arbeidsro. Å reise bort er en effektiv måte å unngå forstyrrelser fra hverdagslige forpliktelser og gjøremål.

2. Dette var første gang jeg har loggført min egen låtskrivingsprosess og til en viss grad skapt en mulighet til å se meg selv utenfra. Jeg er overrasket over hvor kort tid det tok fra jeg begynte å improvisere til jeg hadde en idé jeg ville videreutvikle. Likedan ble jeg overrasket over hvor fort jeg mistet troen på idéene og forkastet dem. Til tross for at jeg hadde arbeidsro, tid tilgjengelig og opplevelsen av inspirasjon, var det vanskelig å holde konsentrasjonen over lenger tid. Utfordringene i prosessen ligger helt tydelig på et mentalt plan.

Selvom jeg skrev flere låtutkast og idéer, var opplevelsen at jeg ikke nådde målet. Det har vist at prosessen er tett knyttet til resultatet, og at kvalitet er viktigere fremfor antall låter. Jeg har en utfordring jeg må ta tak i videre da jeg må finne ut hvordan jeg kan balansere mellom å være åpen for nye idéer og hvordan jeg evaluerer.

Oppsummering

De ytre omgivelsene frigjør meg ikke fra andre mulige utfordringer i skriveprosessen. Det ser ut til at de mentale prosessene er hva som styrer låtskrivingen i størst grad. Det første spørsmålet jeg stiller meg etter første aksjonsperiode er hvorvidt tidrammen fungerte. Hvordan ville jeg opplevd prosessen hvis jeg hadde strukturert tiden med en tydeligere avgrensning mellom arbeid og hvile? Kan *tidsaspektet* spille en viktig rolle for de mentale prosessene jeg går igjennom i låtskrivingen?

4.2 Aksjonsperiode 2 i Mannheim

I andre aksjonsperiode ønsket jeg å fokusere mer på *tidsaspektet*. Målet for andre periode var:

Hvordan vil en nøye planlagt timeplan påvirke låtskrivingsprosessen?

4.2.1 Planlegging

Jeg planla å gjennomføre andre aksjonsperiode, i Mannheim i Tyskland, hvor jeg var på utveksling med masterstudiet. Der hadde jeg tilgang til ulike øvingsrom med PA-anlegg og piano. Øvingsrommene var lydisolert slik at jeg kunne arbeide i fred og ro uten å bekymre meg for at andre skulle høre på. Utover skolens fasiliteter hadde jeg en akustisk gitar og opptaksutstyr hjemme hvis jeg skulle trenge dette underveis. Alt i alt var fasilitetene nokså like som i første aksjonsperiode, men jeg plana hovedsakelig å bruke følgende utstyr:

- Piano
- Penn og papir
- Taleopptaker

Tidsrammen var på tre dager, tilnærmet lik første periode. I denne aksjonsperioden ønsket jeg derimot å avgrense arbeidstiden ved å planlegge en timeplan som inneholdt fem til seks bolker á 25 min. I mellom hver arbeidsbolke la jeg inn annenhver ti minutter og en times pause. Pausene var like viktige som arbeidsbolkene fordi jeg ville forsikre meg om at jeg fikk tid til å slappe av.

Målet for denne perioden ble nedjustert til *én* ferdig låtskisse. Erfaringene fra første aksjonsperiode gjorde at dette var mer realistisk innenfor den planlagte tiden. Sammenlignet med reisen til Firenze, hadde jeg ikke like store forventninger på forhånd i denne perioden.

Låtskrivingen skulle foregå i hverdagslige omgivelser, og inngikk derfor som en aktivitet blant flere gjøremål. Planen for andre askjonsperiode var som følgende:

Bolk:	Tid:	Mål:	Metode:
1	25 min	Jobbe konsentrert gjennom hele arbeidsbolken.	Jobbe med utgangspunkt i arbeidsmetoden beskrevet i metodekapittelet (kapittel 4).
pause	10 min.	Slappe av. Fokuserer på noe annet enn låtskrivingen.	Lese bok, gå tur, gjøre andre ting.
2	25 min	Ditto	Ditto
pause	1 time	Ditto	Ditto
3	25 min	Ditto	Ditto
pause	10 min.	Ditto	Ditto
4	25 min	Ditto	Ditto
pause	1 time	Ditto	Ditto
5	25 min	Ditto	Ditto
pause	10 min.	Ditto	Ditto
6	25 min	Ditto	Ditto

Skjemaet ovenfor viser dagsplanen for de tre dagene. Dag en og to planla jeg å gjennomføre planen på ettermiddagen, og den tredje dagen skulle gjennomføres på formiddagen. Grunnen til dette var at jeg måtte booke øvingsrom på forhånd, og måtte da ta hensyn til hvilke tidspunkt det var ledig kapasitet.

4.2.2 Gjennomføring

Jeg gjennomførte aksjonsperioden som planlagt, med noen få unntak: Tre av arbeidsbolkene valgte jeg å kun jobbe med tekstskriving, da jeg hadde behov for å jobbe med det, og jeg

droppet den sjette bolken alle tre dagene på bakgrunn av at jeg ikke opplevde å ha nok energi til å jobbe konsentrert.

Gjennomgående opplevde jeg at lengden på bolkene var passelige. Jeg hadde stort sett konsentrasjon gjennom hver bolk, men måtte noen ganger avbryte en god flyt for å ta pause. Jeg gjennomførte låtskrivingen med det planlagte utstyret og tok derfor ikke i bruk annet utstyr jeg hadde tilgjengelig.

Den første dagen brukte jeg de fire første bolkene på å improvisere og lete etter nye idéer. Jeg hadde ikke et overskudd av energi, var lite inspirert og fikk heller ikke særlig mange idéer. Idéen jeg kom opp med i løpet av de to første bolkene forkastet jeg allerede i bolk tre. Det var utfordrene å holde flyten i arbeidet videre, og kom derfor til den slutning at jeg ikke klarte å lage noen gode idéer. Jeg valgte videre å ta utgangspunkt i en tidligere låtidé fra første aksjonsperiode.

På dag to og tre jobbet jeg hovedsakelig med idéen fra første aksjonsperiode. Jeg forsøkte å lage flere idéer som kunne passe sammen med denne. For hver arbeidsbolk opplevde jeg at jeg jobbet meg sakte, men sikker fremover. Generelt holdt jeg konsentrasjonen veldig godt i alle bolkene, og hver idé jeg laget ledet meg fremover. Da aksjonsperioden var over satt jeg igjen med én ny melodiidé, i tillegg til idéen fra første periode. Siden jeg ikke opplevde at de to passet helt sammen, konkluderte jeg med at jeg hadde to enkeltstående idéer å jobbe videre med på et senere tidspunkt.

4.2.3 Observasjon

Etter andre aksjonsperiode gjorde jeg tre observasjoner jeg vil trekke frem:

Den første handler om tidspunktet jeg gjennomførte låtskrivingen på. De to første dagene jobbet jeg, som tidligere nevnt, på ettermiddagen. Opplevelsen av inspirasjon var ikke tilstede og jeg hadde lite energi. Dette henger nok sammen med at jeg hadde arbeidet med andre ting tidligere på dagen. Selvom jeg var motivert for å skrive, preget dagsformen min skriveprosessen.

Gjennomgående gjennom perioden opplevde jeg å ha lite inspirasjon og idéstrømmen var betraktelig mindre enn i første aksjonsperiode. Det å ta utgangspunkt i en tidligere idé var derfor nyttig. Jeg valgte å jobbe med denne idéen fordi jeg var av den oppfatning at den hadde potensiale, og dette bidro til at jeg opprettholdt arbeidsflyten og konsentrasjonen i

arbeidsbolkene. Siden bolkene var korte, evnet jeg å jobbe med en idé gjennom hele bolken uten å forkaste den.

Det tredje jeg vil trekke frem er at timeplanen påvirket forventningene mine underveis i aksjonsperioden. Jeg hadde på forhånd satt et mål om å skrive et låutkast, men i løpet av perioden forstod jeg at jeg ikke ville nå målet fordi jeg erfarte at min manglende opplevelse av inspirasjon hadde innvirkning på idéstrømmen. Dette bidro til at jeg justerte forventningene. Jeg plana at jeg kunne jobbe videre med idéene etter at aksjonsperioden var avsluttet.

4.2.4 Refleksjon

Det ser ut til at timeplanen hadde en positiv effekt på prosessen. I lys av første aksjonsperiode er det flere aspekter jeg vil trekke frem:

Det første er at jeg jobbet lenger med hver idé. Selvom jeg opplevde lite inspirasjon, brukte jeg mer tid på å bearbeide idéene og videreutvikle dem. Dette bidro til at jeg hadde god konsentrasjon gjennom hver arbeidsbolk. Jeg erfarte at jeg ikke var kritisk til idéene, men jobbet konstruktivt ved å ikke stadig forkaste dem. Det virker som om jeg fokuserte mer på prosessen enn på målet, og den bakenforliggende årsaken ser ut til være knyttet til mine egne forventninger. Til forskjell fra første aksjonsperiode, tok ikke forventningene mine underveis overhånd slik at jeg ble stresset eller bekymret for resultatoppnåelsen.

Det å strukturere en timeplan påvirket tydelig mine forventninger til resultatoppnåelsen. Jeg justerte, som tidligere nevnt, forventningene underveis slik at de ble realistiske. Det ser ut til at det er flere mekansimer som henger sammen: De realistiske forventningene bidro til at jeg slappet av, og derfor fokuserte jeg på prosessen. Da jeg fokuserte på prosessen trengte jeg ikke å forkaste idéene, men tok meg tid til å bearbeide dem. Dette førte videre til at jeg hadde en konstruktiv prosess.

Det andre jeg vil trekke frem er hvordan låtskrivingsprosessen ble mer sammenhengende. Hver idé bygget på hverandre og jeg opplevde at skriveprosessen hadde en progresjon. Dette skapte en trygghet for at jeg over tid ville skrive en ny låt, selvom jeg ikke forventet å oppnå dette i løpet av aksjonsperioden. Timeplanen satte en naturlig begrensning for hva jeg kunne forvente. I første periode hadde jeg en åpen tidsramme, og jeg ser i ettertid at dette bidro til en høyere forventning til resultatoppnåelsen. Jeg hadde i teorien hele døgnet tilgjengelig til å skrive, noe som forårsaket et forventningspress om at jeg *burde* nå målet.

Avgrensningen mellom pauser og arbeid gjorde det enklere å slappe av i pausene, og jeg erfarte at de hjalp meg til å finne riktig fokus. De gangene jeg ble mer kritisk til idéene i en arbeidsbolk, bidro den påfølgende pausen til å ta kontroll over og styre de mentale prosessene. Det var flere ganger at jeg kjente på opplevelsen av at idéene var uoriginale, en utfordring som også var tilstede i første aksjonsperiode. Da jeg klarte å koble ut i pausene, hjalp de meg til å ta kontroll over evalueringen underveis slik at den var konstruktiv.

Det tredje punktet handler om *tidspunkt*. Andre aksjonsperiode ble gjennomført i mine hverdagslige omgivelser med andre gjøremål på programmet. I ettertid ser jeg at det ville vært hensiktsmessig å legge skriveprosessen til et tidspunkt tidligere på dagen før andre gjøremål. Dette kunne bidratt til en mer konstruktiv evaluering. Et eksempel fra den første dagen er at mitt energinivå og manglende opplevelse av inspirasjon hadde en innvirkning på prosessen. I loggboken skrev jeg at jeg ikke fikk noen idéer. Jeg syntes det er interessant å høre på taleopptakeren i etterkant at jeg faktisk laget idéer som var gode. Min oppfatning der og da må ha vært preget av dagsformen. Et interessant aspekt ved dette, er hvorvidt jeg ville laget de samme idéene hvis jeg hadde vært inspirert og full av energi. Jeg antar at jeg hadde laget andre type idéer i et annet humør, derfor kan være hensiktsmessig å ta vare på opptak til senere.

Det siste punktet er hvorvidt *omgivelsene* påvirket forventningene mine. I første aksjonsperiode hadde jeg et høyt forventningspress, en konsekvens av at tidsrammen var for kort. I lys av *andre* aksjonsperiode, ser det ut som at denne faktoren også påvirket forventningspresset i *første* aksjonsperiode. Det ser ut til at det å arbeide i hverdagslige omgivelser senker terskelen for hva jeg å forventer av meg selv. Det er ikke like stor fallhøyde å arbeide på hjemmebane som det å bruke penger på flybillett og reise bort til et annet land bare for å skrive låter.

Funn i aksjonsforskningen

Det har vært interessant å se hvordan prosessen har opplevdes i Mannheim, i andre periode, til forskjell fra Firenze i første periode. Det jeg vil ta med meg videre er:

1. Gjennom aksjonsperiode nummer to forstod jeg at at omgivelsene ikke bare kan være en kilde til inspirasjon og motivasjon, men også forventningspress. Jeg gjennomførte andre aksjonsperiode uten å være særlig inspirert, noe som resulterte i færre idéer. Likevel opplevde jeg å ha en god konsentrasjon og progresjon i prosessen, noe jeg mener bidro til at jeg klarte å jobbe lenger med en idé. I første aksjonsperiode var opplevelsen motsatt: Jeg var svært

inspirert og slet med konsentrasjonen. Det ser ut til at et mindre forventningspress til meg selv bidrar til at jeg er mer konstruktiv i prosessen. Jeg fokuserer mindre på resultatoppnåelsen og jobbet lenger med hver idé. Det at jeg evaluerte idéene mer konstruktiv gjorde at jeg opprettholdt konsentrasjonen og arbeidsflyten.

2. Timeplanen hadde en positiv effekt på arbeidsprosessen. Ved å ha korte bolker og hyppige pauser unngikk jeg å bli for kritisk, og pausene bidro til å ta kontroll over mentale tankeprosesser. Timeplanen hjalp meg til å fokusere mer på prosessen enn på resultatet. Jeg ønsker ikke nødvendigvis å ha en så stram struktur på arbeidsprosessen videre, men det å sette opp tydelige rammer viser seg å være et nyttig verktøy som kan forbedre låtskrivingsprosessen.

Oppsummering

I andre aksjonsperiode fokuserte jeg mest på *tidsaspektet*. Det ser ut til at denne faktoren og *omgivelsene* har stor betydning for de mentale prosessene i låtskrivingen, for min forventning underveis. Jeg erfarte også at jeg ikke fikk nok tid til å skrive innenfor en tidsramme på tre dager. Dette vekker min nysgjerrighet for hvordan låtskrivingsprosessen arter seg når den strekker seg over lengre tid.

4.3 Aksjonsperiode 3 i Mannheim

Det at jeg har begrenset tidsrammen har gitt meg et viktig innblikk i prosessen jeg mener vil være nyttig for meg videre. Det å intensivere låtskrivingsprosessen til kort tid har tydelig preget min opplevelse. Jeg har tidligere skrevet flere av låtene mine over en lengre periode, og det ville vært interessant å observere låtskrivingsprosessen i setting som ligner mer på hverdagen min. Kan jeg få innblikk i andre ytre faktorer over en lengre tidsperiode? Målet for tredje aksjonsperiode er som følgende:

Hvilke ytre faktorer påvirker låtskrivingsprosessen når den strekker seg over en lengre tidsperiode?

4.3.1 Planlegging

Jeg planla å gjennomføre tredje aksjonsperiode i mine hverdagslige omgivelser i Mannheim. Fasilitetene, utstyret og omgivelsene var derfor like som i andre periode. For å kunne følge prosessen frem til jeg hadde skrevet ferdig en låt, satte jeg en tidsramme på seks uker.

Tidsavgrensningen ble satt til det tidspunktet jeg skulle i studio for andre gang i forbindelse med min plateinnspilling. Jeg planla ingen fast timeplan eller faste arbeidstidspunkt, men hadde en åpen plan om å gå på et øvingsrom hver dag jeg hadde tid.

Målet var å skrive *én* låt til albumet mitt, og etter forrige aksjonsperiode hadde jeg en konkret melodiidé jeg ville jobbe videre med. Planen for tredje aksjonsperiode var:

Tid:	Mål	Metode
1 - 6 uker	Skrive én låt, aksjonsperioden avsluttes når målet er nådd.	Jobbe med utgangspunkt i arbeidsmetoden beskrevet i metodekapittelet (kapittel 4).

4.3.2 Gjennomføring

Etter hvert opparbeidet jeg en rutine hvor jeg arbeidet på et rom med et akustisk piano. Jeg hadde andre gjøremål på dagtid, noe som gjorde at kvelden ofte passet bedre til å skrive. Jeg fikk som regel ikke mer enn én til to timer på dette rommet på grunn av kapasitet og stengetider på skolen, og det avgrenset derfor naturlig lengden på arbeidsøktene. Rommet jeg anvendte var romslig og jeg fikk en god arbeidsro der.

Gjennomgående i perioden jobbet jeg med én melodiidé. Jeg spilte den i ulike tonearter og ulikt tempo, og forsøkte å finne flere ulike deler som kunne passe til den. I andre aksjonsperiode hadde jeg også laget en akkordrekke på piano som jeg etterhvert tok frem og satte sammen med melodiidéen. Etter to og en halv uke endret jeg tempo på melodiidéen, satte den sammen med en av akkordrekkene, og definerte den som en B-del. Akkordrekken jeg skrev på pianoet bestod av to deler, og jeg satt da igjen med en A-del uten melodi. Begge delene var akkompagnert med et pianospill som utgjorde et viktig bakteppe.

Underveis i perioden dro jeg nytte av to kollegaer. Begge to spiller i bandet mitt og jobber kreativt sammen med meg. Vi har skrevet låter sammen før, men stort sett jobber vi med arrangement og produksjon på låtene jeg skriver til mitt eget artistprosjekt. En av de to er jeg også gift med, noe som har gjort at han har større innsyn i min låtskrivingsprosess og er en naturlig person å spille idéene mine for. Jeg viste flere av idéene til han, og et par ganger

prøvde vi å spille på idéene sammen. Jeg fikk også tilsendt en gitaridé basert på melodiideén fra andre aksjonsperiode.

Etter tre uker dro vi i studio i fem dager, som var den første av de to planlagte innspillingperiodene. Da vi ankom København hvor vi skulle spille inn, hadde jeg melodiideén og de to akkordrekkene i bakhodet. Da vi hadde vært i studio i tre dager, satte jeg meg med en gitar i leiligheten vi hadde leid på kvelden. Jeg spilte idéene på gitaren, noe jeg ikke hadde gjort tidligere. Jeg sang stille for meg selv, og plutselig hadde jeg en melodi idé til vers og refreng med den tidligere melodiideén som et postrefreng. Samtidig som jeg fikk melodiideéene og improviserte tekst, fikk jeg et klart bilde for hva låten skulle handle om og skrev da en tekstskisse. Etter en halvtime spilte jeg låta for mannen min, og fikk umiddelbar tilbakemelding. Vi ble enige om at jeg trengte et bro-parti, slik at jeg fortsatte å jobbe umiddelbart. Etter et kvarter hadde jeg en idé til en bro-del og viste den frem med det samme. Min opplevelse var at jeg låta var et ferdig utkast, noe begge to var enige om, og jeg spilte derfor låten for resten av bandet. Jeg fikk positiv respons på at dette var bra låtmateriale, og vi ble enige om at vi skulle ta den med i studio dagen etterpå.

4.3.3 Observasjon

Fra tredje aksjonsperiode gjorde jeg tre viktige observasjoner jeg vil fremheve:

Gjennomgående gjennom aksjonsperioden merket jeg at jeg søkte meg til et rom med akustisk piano. Ved de anledningene dette rommet ikke var tilgjengelig, måtte jeg bruke øvingsrom som inneholdt el-piano. Disse arbeidsøktene var ofte preget av at opplevelsen av inspirasjon forsvant. Jeg merket tydelig, i lys av aksjonsperiode en og to, at det akustiske pianoet hadde en stor betydning for meg når jeg skulle være kreativ. Jeg fikk inspirasjon og opplevde at det var lettere å finne roen og nærhet til det kreative i låtskrivingsprosessen. Omgivelsene var fortsatt ikke veldig inspirerende sammenlignet med reisen til Firenze, og jeg merket derfor at instrumentet fikk enda større betydning. Dette bidro også til at skriveprosessen ble et høydepunkt jeg gledet meg til hver dag.

Idéen jeg arbeidet med fra andre aksjonsperiode var en idé jeg hadde gjennomgående tro på igjennom perioden. Over en periode på to uker endret underlaget til idéen seg: Tempo og toneart. Jeg hadde en vag anelse av hva jeg ville lage, men det tok lang tid før jeg opplevde at idéen var i riktig form. Den timen jeg skrev låten opplevde jeg at alle bitene falt på plass. Akkordrekkene, melodiideén og improvisasjonen i øyeblikket passet sammen. Selv om jeg

ikke hadde skrevet ut all tekst, opplevde jeg at melodi, akkorder og tekstutkastet var tydelig nok. Jeg visste der og da at låten kunne bli brukt videre og spilt inn.

Tilbakemeldingene underveis var motiverende. Det å spille på idéen med andre ga meg muligheten til å speile den ut mot noe annet enn meg selv og mitt eget pianospill. Jeg fikk i starten av perioden høre en gitaridé til melodiidéen, samt en bass idé. Dette bidro til at jeg fortsatte å jobbe med idéen videre. Tilbakemeldingen den kvelden jeg skrev ut låta var også motiverende og bekreftende for min egen evaluering.

4.3.4 Refleksjon

Ved å observere min egen låtskrivingsprosess over en lengre tidsperiode var det andre ytre faktorer som kom til syne. Den første er at instrumentet fikk en tydeligere betydning i prosessen. *Omgivelsene* var ikke en inspirasjonsfaktor i tredje aksjonsperiode, og det ser ut til at dette bidro til at jeg merket instrumentets rolle. Da jeg arbeidet med det akustiske pianoet, hadde jeg en helt annen ro, og improvisasjonene og idémyldringene jeg gjorde opplevdes mer inspirerte. De gangene jeg måtte arbeide på et rom med el-piano, merket jeg at det var tyngre å improvisere og skrive. Jeg ble fort utålmodig og ukonsentrert, og dette gjorde meg umotivert. Det kan være at rommet med det akustiske pianoet hadde en roligere atmosfære enn de andre rommene, men jeg opplevde først og fremst at lyden og spilleopplevelsen av pianoet hadde størst betydning.

Det andre er at jeg jobbet jevnlig med låtskrivingen. Som jeg skrev, arbeidet jeg rutinemessig hver eller annenhver dag, og dette påvirket fokuset i prosessen. Jeg forventet ikke å nå målet innenfor *én* arbeidsbolk, men hadde et lengre tidsperspektiv på måloppnåelsen. Dette bidro til at jeg fokuserte på prosessen. I andre aksjonsperiode erfarte jeg også at det påvirket hvor lang tid jeg brukte på hver idé. Det er interessant å merke seg at jeg jobbet med utgangspunkt i *én* idé gjennom hele tredje aksjonsperiode. Jeg vil også legge til at tredje aksjonsperiode opplevdes mer gøy. Det å arbeide jevnlig var motiverende.

Den jevnlige arbeidstrukturen skapte også en trygghet for resultatoppnåelsen. Selvom det tok tre uker før jeg skrev låta, opplevde jeg at prosessen gikk fremover. Denne tryggheten bidro til at jeg slappet av underveis, og til at jeg kunne nyte skriveprosessen og berømme idéene som var i utvikling.

Tilbakemeldingen i perioden var motiverende. Selv om melodiidéen endret tempo og toneart etterhvert, bidro gitar- og bassidéen fra mine kollegaer til at jeg fikk høre hvordan idéen

kunne høres ut. Denne måten å få respons på hjalp meg til å evaluere idéene selv. Da jeg skrev ferdig låta fikk jeg også umiddelbar tilbakemelding. Det påvirket mine valg i skriveprosessen og resulterte i at jeg skrev en ny del til låta.

Da jeg skrev ut låten og alle bitene falt på plass, var opplevelsen av alt stemte. Kombinasjonene av tekst, tempo, følelse, akkorder og melodier opplevdes som én helhet. Låten opplevdes "ny" for meg fordi jeg aldri har skrevet en låt med det samme preget før. Opplevelsen av at noe var nytt mener jeg bidro til at jeg klarte å koble sammen visjonen inni meg med det jeg utførte.

Det siste punktet jeg vil nevne, er at den dagen jeg skrev låten ferdig hadde jeg hatt en lang dag i studio på forhånd. Denne dagen i studio hadde vært litt mer utfordrende enn de to foregående, blant annet fordi det var flere utfordrende ting vi måtte ta tak i musikalsk. Da vi kom hjem på kvelden hadde jeg derfor i utgangspunktet ikke så mye energi. Da jeg satte meg ned for å skrive, og låten tok form, fikk jeg ny energi. I det øyeblikket låten var ferdig var jeg ekstatisk, som i en lykkerus, over å ha skrevet en låt. Dette viser at opplevelsen av inspirasjon kan overstyre manglende energi.

Funn i aksjonsforskningen

Denne tredje aksjonsperioden er mer representativ for hvordan jeg til vanlig jobber med låtskriving: Jeg gjennomførte korte økter spredt over lengre tid. Noen erfaringer jeg vil ta med meg videre fra er:

1. Gjennom alle tre aksjonsperioder har jeg sett at *tidsaspektet* spiller en viktig rolle i prosessen. Ved å tilrettelegge denne ytre faktoren på ulike måter kan den bidra til et overordnet fokus på prosessen underveis. En lengre tidsramme og det å arbeide jevnlig skapte en trygghet for resultatoppnåelsen og jeg kunne derfor ha et fokus på prosessen. En slik opplevelse bidro også til økt motivasjon for arbeidet.
2. Jeg ble bevisst på hvordan instrumentet kan påvirke prosessen. Instrumentet kunne gi inspirasjon og arbeidsro, samt at det bidro til motivasjon for å skrive som en handling i seg selv. Da omgivelsene var mindre inspirerende, virket det som at instrumentet fikk større betydning.
3. Selve låten skrev jeg i sin helhet på gitar, et instrument jeg ikke har like gode ferdigheter på som piano. Jeg fant frem til en type voicinger på gitaren jeg ikke hadde spilt før, som klanglig gjenga noe av den visjonen jeg hadde for låten. Det nye elementet i låten bidro til at den

opplevdes ny og annerledes enn låtene jeg har skrevet tidligere. Summen av disse to elementene forløste resultatoppgåelsen. Det virker som at det å ta inn et nytt element i låta, i dette tilfellet en ny akkord, kan være en forløsende faktor i prosessen.

4.4 Sammenfattning av funnene i aksjonsforskningen

Aksjonsperiodene har vært viktig å reflektere i en kronologisk rekkefølge, og slik har jeg hele tiden har modifisert funnene underveis. I den teoretiske modellen kom det frem at *omgivelser*, *målformulering*, *tidsaspektet*, *inspirasjon*, *evaluering* og *tentative strukturer og utstyr*, er ytre faktorer som påvirker prosessen. Igjennom de tre aksjonsperiodene har jeg erfart at disse påvirker prosessen, samt sett flere aspekter ved de ytre faktorene som jeg vil drøfte i neste kapittel. Jeg har særlig fire punkt jeg vil trekke frem fra aksjonsforskningen:

1. **Opplevelsen av *inspirasjon*** fremgår som en faktor som er tett knyttet til de andre ytre faktorene. På bakgrunn av mine erfaringer fra undersøkelsen mener jeg at kilden til inspirasjonen til en hver tid påvirker innvirkingen fra de andre ytre faktorene. Da omgivelsene ikke ga en opplevelse av inspirasjon, ble valg av instrument viktigere. Fravær av inspirasjon kan stoppe skriveprosessen, men ved et overordent fokus på prosessen hindret jeg dette.
2. **Hvilket overordnet fokus** jeg hadde i låtskrivingsprosessen ser ut til å være det de ytre faktorene påvirker i størst grad. Fokus på prosessen bidro til økt tålmodighet, lenger tid per idé og bedre konsentrasjon, mens fokus på resultatet bidro til en mindre konstruktiv prosess fordi den svekket min evne til å evaluere idéer. Jeg forkastet idéer hyppig og forventningspresset økte. Det varierte hvilke ytre faktorer som påvirker fokuset underveis, men jeg har sett at jeg kan tilrettelegge et økt fokus på prosessen gjennom å bruke de ytre faktorene bevisst. Her spiller særlig *tidsaspektet* en viktig rolle.
3. ***Tidsaspektet*** er den ytre faktoren jeg har opplevd som viktigst i prosessen i den grad det er mulig å rangere dem. Igjennom aksjonsforskningen har de ulike aspektene ved tid utkrystalisert seg å ha stor, om ikke størst innvirkning på de mentale opplevelsene. Jeg vil hevde at *tidsaspektet* er en selvstendig ytre faktor, men måten man planlegger *tidsaspektet* henger sammen med målformulering.
4. **Å innføre et nytt element** ser ut til å være en viktig ytre faktor i min låtskrivingsprosess. Det å ta inn et nytt element i låta kan ha en forløsende effekt i

forhold til resultatoppnåelsen. Det ser også ut til at en ny lyd eller å anvende et nytt instrument også bidrar til dette.

5 DRØFTING

I dette kapittelet vil jeg diskutere erfaringene fra aksjonsforskningen oppmot teoridelen jeg presenterte i kapittel to.

5.1 Fokus i prosessen

I aksjonsforskningen kom jeg frem til at jeg evaluerte på to ulike måter, enten konstruktivt eller kritisk. Med kritisk evaluering mener jeg evaluering som bærer preg av en skeptisk og negativ undertone. En kritisk evaluering gjorde at jeg brukte kortere tid på hver idé, og at jeg sannsynligvis forkastet dem på et for tidlig tidspunkt. En evaluering som er mer løsningsorientert med en positiv undertone definerer jeg som konstruktiv. En konstruktiv evaluering så ut til å bidra til at jeg brukte lenger tid på hver idé, og jeg bearbeidet dem i større grad.

Ut fra det vil jeg se på hvilken relevans de to ulike modellene for kreative prosesser (punkt 2.2.1) har for min låtskrivingsprosess. Jeg refererte til John Braheny (2006) som hevder at man må opptre ukritisk og åpent under idéskapningen, og utsette evalueringen til etterpå. I aksjonsforskningen var det vanskelig å ikke evaluere underveis i idéskapningen, og jeg kan derfor ikke se hvordan jeg kan adoptere denne tankegangen til min låtskrivingsprosess. Det er ikke hensiktsmessig og prøve å være åpen og ukritisk da dette ikke er mulig i praksis. Hvis hans poeng er at man skal unngå å være *kritisk* evaluerende, kan jeg forstå hvorfor han skiller evaluering og idéskapning fra hverandre. Problemet er at den modellen ikke viser hvordan man faktisk skal evaluere i prosessen. Den interaktive modellen til Edward Necka (2003) samsvarer mer med mine erfaringer. I stedet for å dele prosessen inn i faser, beskriver den prosessen som et samspill mellom det å skape og å evaluere (ibid:125). Denne tankegangen kan bidra til å evaluere konstruktivt fordi den anerkjenner at målet blir til underveis.

Necka (2003) viste gjennom den interaktive modellen at de tentative strukturene og målet kontinuerlig påvirker hverandre. Siden målet endres underveis, vil det ikke være mulig å evaluere på bakgrunn av det fremtidige resultatet. Det vil føre til premature, feilaktige evalueringer (ibid. 2003:124). I andre og tredje aksjonsperiode endret jeg fokuset til å være prosessorientert. Dette resulterte i at jeg var åpen for flere løsninger til hvordan låta skulle bli. På den måten utviklet idéene seg friere og påvirket retningen for prosessen.

Necka (2003) hevder, som nevnt, at evaluering er like viktig som idéskapning: Begge er aspekter av samme prosess (ibid. 2003:125). Aksjonsforskningen har vist at det er en sammenheng mellom hvilket fokus jeg har i prosessen og hvordan jeg evaluerer. Det å ha et økt fokus på prosessen og å evaluere konstruktivt, fremgår i aksjonsforskningen som en nøkkel til å forbedre skriveprosessen. Jeg vil hevde at de ytre faktorene kan bidra til dette gjennom å anvende dem som verktøy. For å finne ut hvilke ytre faktorer som kan påvirke låtskrivingsprosessen er det nødvendig å se på hvilken innvirkning hver enkelt faktor kan ha.

Dette tar meg videre til siste punkt: Hvilke ytre faktorer som påvirker låtskrivingsprosessen må ses i lys av låtskriveren. Under punktet om låtskrivere (punkt 2.2.2) refererte jeg til ulike låtskrivertyper. De fire typene er eksempler på hvor forskjellig prosessen kan se ut. Braheny (2006) illustrerer hvordan personligheten vil påvirke hvordan de ytre faktorene innvirker på prosessen (ibid. 2006:21). I undersøkelsen fikk jeg bekreftet dette. I aksjonsforskningen kom det også frem at det er de mentale prosessene jeg gjennomgår som styrer prosessen. Spørsmålet om *hvilke ytre faktorer som kan påvirke låtskrivingsprosessen* kan like gjerne rettes mot meg som låtskriver. Hvilke ytre faktorer som påvirker *låtskrivingsprosessen* kan nærmest sidestilles med hvilke som påvirker *meg*.

5.2 Tidsaspektet

I begynnelsen av aksjonsforskningen var jeg mest oppmerksom på hvordan omgivelsene og utstyret ville påvirke prosessen. Dette var muligens fordi det er faktorer som er fysisk synlige og tilstede. Etter at jeg hadde gjennomført første aksjonsperiode fikk jeg større interesse for tidsaspektet og dets påvirkning på prosessen, og undersøkte derfor dette nærmere i andre aksjonsperiode. Underveis i låtskrivingsprosessen forholdt jeg meg først og fremst til utfordringene jeg møtte på, uten å forstå de bakenforliggende årsakene. Det å gjøre observasjoner i retroperspektiv ble dermed svært nyttig for å oppdage disse sammenhengene.

I første aksjonsperiode opplevde jeg å bekymre meg for resultatoppnåelsen. Jeg hadde et underliggende forventningspress og en av årsakene kan relateres til *tidsaspektet*: Tidsrammen for aksjonsperioden var for kort. Jeg refererte tidligere til Morisette som uttalte at tidsrammen kunne skape et negativt forventningspress (Zollo, 2003:567-658). Jeg opplevde at den korte tidsrammen bidro til et overfokus på målet, som igjen resulterte i negativt forventningspress og en opplevelse av å ha dårlig tid.

På bakgrunn av observasjoner fra første aksjonsperiode planla jeg en strukturert timeplan for den neste. Intensjonen var å se om en timeplan ville påvirke arbeidet positivt. Det viste seg at det å ta pauser og å avgrense arbeidsbolkene hadde en positiv påvirkning på flere måter. Det ene er at den forhåndsbestemte timeplanen gjorde det lettere å slappe av i pausene, og pausene ble et verktøy til å finne riktig fokus: De gangene jeg ble kritisk evaluerende bidro pausene til å øke fokuset på prosessen fremfor målet. Timeplanen avgrenset også forventningene til resultatoppnåelsen slik at det var enklere å berømme små fremskritt underveis i arbeidet.

Steven Johnson (2010) hevder at idéer er nye nettverk som oppstår over tid. Inkubasjonstiden, det å ta pauser, er viktig for at hjernen skal få etablere nye nettverk (ibid. 2010). I tredje aksjonsperiode arbeidet jeg gjennomgående i tre uker med utgangspunkt i én idé, som var forløperen til låta jeg skrev. Tredje aksjonsperiode viste tydelig at idéer modnes over tid. Hvis Johnsons (2010) teori stemmer, er det å planlegge nok tid til låtskrivingen og det å ta pauser viktig for resultatoppnåelsen.

Tredje aksjonsperiode hadde en overordnet tidsramme på seks uker. Jeg skapte en rutine hvor jeg jobbet hver eller annenhver dag. Hensikten var å arbeide jevnlig med låtskrivingen. Dette ga meg ikke bare opplevelsen av god tid, slik Webb påpeker (Zollo, 2003:165-166), men det reduserte stress og bekymring for resultatoppnåelsen. Undersøkelsen min har vist at et lengre tidsperspektiv i kombinasjon med jevnlig arbeid bidrar til et mer langsiktig perspektiv. Jeg ble trygg på at jeg ville oppnå resultater over tid og fokuserte derfor mer på prosessen enn målet.

Jason Blume (2004) påpekte at det ville være fordelaktig å arbeide på tidspunkt det er enklere å være kreativ (ibid. 2004:241). Jeg erfarte at dette spiller en viktig rolle. De to første dagene i andre aksjonsperiode bar preg av at jeg ikke var kreativt opplagt fordi jeg hadde lite energi. Det ble derfor vanskeligere å arbeide konsentrert og konstruktivt. Jeg erfarte også at opplevelsen av inspirasjon noen ganger overstyrte den fysiske tilstanden jeg var i. Dette viser at inspirasjon kan være overordnet de andre ytre faktorene.

5.3 Omgivelsene

Johnson (2010) viste til at noen omgivelser gir bedre grobunn for nye idéer enn andre. I første aksjonsperiode oppsøkte jeg nye omgivelser i Firenze. Idéstrømmen var merkbart høyere enn i andre og tredje aksjonsperiode, og grunnen til det må ses i sammenheng med omgivelsene. Stig Hjerkin Haug (2005) påpeker at det å tenke kreativt, å bryte ut fra etablerte tankestrukturer, krever at det er lov til å gjøre feil og at det er rom for å leke og fantasere

(Ibid:48). Opplevelsen av å reise bort preget min sinnstillstand og gjorde meg åpen og nysgjerrig. Dette hevder Lisa Bonnár (2008) at kan bidra til opplevelsen av inspirasjon (Ibid:131-132). Første aksjonsperiode viser at det er en tydelig sammenheng mellom disse tre: Omgivelsene, idéskapning og opplevelse av inspirasjon.

Jeg refererte til Brahenys (2006) liste over hva som hemmer kreativiteten i punktet under låtskriveren (punkt 2.2.2). Det å føle konkurranse, å bekymre seg for hva andre tenker og det å føle seg overvåket er faktorer som hemmer låtskrivingsprosessen (Ibid:16-17). Alle tre faktorer handler om trygghet, noe man kan oppsøke eller tilrettelegge for i omgivelsene. Da jeg arbeidet på steder jeg var alene kunne jeg være kreativ uten å bekymre meg for at andre hørte på, samtidig som at jeg fikk arbeidsro.

En utfordring med å være alene i et rom er at rommet ikke nødvendigvis gir nye inntrykk og impulser. Inntrykkene kommer primært fra hva jeg selv uttrykker med stemmen og instrumentet, og rommet rundt er en passiv del av prosessen. I første aksjonsperiode lyttet jeg til annen musikk for å få nye inntrykk. Jeg anvendte også ulike lyder på instrumentet i tillegg til å gå turer ut. Omgivelsene var derfor en viktig del av pausene da det i pausene jeg aktivt kunne oppsøke andre inntrykk. I tredje aksjonsperiode oppsøkte jeg også kollegaer for å høre idéen min spilt av dem. Dette viser at omgivelsene handler om et sosialt aspekt. For å holde en tydelig analytisk struktur vil jeg likevel diskutere dette sosiale aspektet under punktet *evaluering*.

En annen side ved omgivelsene er at det er individuelle behov for arbeidsro. Jeg refererte i kapittel to til Lamont Dozier som hadde lært seg teknikker for å finne konsentrasjon til arbeidet på tross av omgivelsene rundt (Zollo, 2003:151). I tredje aksjonsperiode skrev jeg låta i omgivelser med andre personer tilstede. Jeg erfarte at jeg tilpasset meg omstendighetene ved å ikke spille høyt i volum, men jeg evnet likevel å være konsentrert. Dette bekrefter at behovet for hvordan omgivelsene kan være forskjellig. En av grunnene til at jeg fant arbeidsro med andre tilstede var at jeg hadde tillit til dem som var der.

I delen som omhandler *tidsaspektet* diskuterte jeg årsaken til opplevelsen av forventningspress jeg hadde i første aksjonsperiode. Det ser ut til at omgivelsene også påvirket dette. Det at jeg hadde betalt for flybilletter og reist bort skapte sansynligvis en underliggende forventning om å måtte prestere. Det er viktig å se disse to årsakene, omgivelsene og tidsrammen, i sammenheng. En lenger tidsramme ville sannsynligvis hindret denne opplevelsen.

5.4 Tentative strukturer og utstyr

Neckas (2003) interaktive modell viste at tentative strukturer kan danne grunnlag for et mål i prosessen (Ibid:120). Jeg refererte tidligere til at Lenny Kravitz skrev akkordene til låta "Fly away" inspirert av gitarlyden (Zollo, 2003:719). Både utstyr, i Kravitz sitt tilfelle gitar og gitarforsterker, og de tentative strukturene påvirker låtskrivingsprosessen. I låta jeg skrev i tredje aksjonsperiode så det ut til at begge disse elementene påvirket prosessen. Jeg hadde skrevet to akkordrekker som var tydelig inspirert av lyden på pianoet. Melodiidéen fra andre aksjonsperiode ble satt sammen med disse akkordrekkene. I det øyeblikket låta ble skrevet, benyttet jeg meg av en akustisk gitar, noe jeg ikke hadde gjort i forbindelse med melodiidéen og akkordrekken tidligere. Jeg vil hevde at lyden av den akustiske gitaren og den nye akkordvendningen jeg brukte bidro til at jeg skrev ferdig låta. Gitaren brakte ut et nytt potensiale i de to idéene jeg hadde laget på forhånd. Her er det en klar sammenheng til hva Johnson (2010) sier om nye nettverk. Jeg koblet de ulike trådene sammen til et nytt nettverk, en ny låt.

I første aksjonsperiode skulle jeg gjøre et opptak på laptopen. Da det oppstod et teknisk problem, påvirket det låtskrivingsprosessen. Jeg mistet flyten i arbeidet fordi jeg måtte fokusere på noe teknisk. Dette viser at utstyret også kan hindre prosessen hvis mine tekniske ferdigheter ikke er tilstrekkelige eller tar for stort fokus. Det er likevel viktig å presisere at tekniske begrensninger ikke utelukkende vil hemme prosessen. I tredje aksjonsperiode, da jeg anvendte gitaren, brukte jeg tid på å finne ut hvordan jeg kunne spille akkordrekkene jeg på forhånd hadde laget. Det forstyrret likevel ikke låtskrivingsprosessen. Dette viser at en balanse mellom omfanget av den tekniske utfordringen og hvor lang tid jeg brukte på å løse det avgjør om det vil hemme prosessen.

5.5 Målformulering

Flere av de andre ytre faktorene påvirker målformuleringen. Jeg har allerede vært inne på sammenhengen mellom *tentative strukturer og utstyr* og *målformulering*: Improviserte idéer og instrumentet preger målet for skriveprosessen. En annen del av målformuleringen er konteksten. Blume (2004) mener at det å kjenne en artists kvaliteter og identitet fører til mer relevante valg i skriveprosessen (Ibid:35). I undersøkelsen dannet mitt artistprosjekt og min egen musikalske smak et naturlig rammeverk for skriveprosessen, og jeg erfarte at jeg var sterkere knyttet til konteksten enn jeg var bevisst på. Første aksjonsperiode var preget av et

overfokus på å få resultatet til og passe inn i dette. Dermed ble konteksten et mål i seg selv. Problemet med dette var at konteksten ikke var tydelig nok til å evaluere idéene opp mot. Siden jeg evaluerte kritisk passet nesten ingen idéer inn.

Hvorvidt denne konteksten bidrar til relevante valg, slik Blume (2004) hevder, er jeg derfor usikker på. På en side bidrar den til låtproduksjon og tekster som henger sammen med det etablerte uttrykket, men på en annen side kan konteksten ende opp med å begrense valgene mine slik at jeg ikke klarer å fornye meg. Mine funn viser at et økt fokus på prosessen kan bidra til fornyelse ved at idéene i større grad dikterer målet.

Et siste aspekt ved målformulering handler om det å sette en agenda. Brahenys (2006) låtskrivertyper hadde behov for ulike agendaer. Dette var blant annet tydelig i hvor mange låter de kunne skrive parallelt (Ibid:21). I første aksjonsperiode satte jeg et åpent mål om å skrive mellom ett og fem låtuskast. Det resulterte i at jeg jobbet med opptil to utkast samtidig. Jeg er usikker på hvilken effekt det hadde på prosessen, men i lys av andre og tredje aksjonsperiode kan det se ut til at jeg jobber bedre ved å fokusere på en låtidé av gangen. En realistisk agenda bidrar også til en justering av forventningene. Forventningspresset jeg opplevde i første aksjonsperiode kan ha en sammenheng med agendaen jeg hadde formulert på forhånd. Til tross for at den var åpen, ser det ut til at den likevel har skapt urealistiske forventninger til resultatoppnåelsen.

5.6 Evaluering

I kapittel to (punkt 2.3.1) refererte jeg til Necka (2003) som mener at kunstneren selv er i stand til å evaluere og validere sine egne idéer (Ibid:116). I lys av det blir evaluering en indre faktor. På en annen side kan låtskriveren underveis i prosessen også motta evaluering fra andre. Da vil evaluering være en ytre faktor. I min undersøkelse har jeg først og fremst opplevd at den ytre evalueringen preger min egen evaluering. På bakgrunn av det kan det være hensiktsmessig å skille de to fra hverandre på en tydeligere måte. Den ytre evalueringen fungerer i praksis som en *tilbakemelding*. Tilbakemeldinger vil bekrefte eller sette spørsmålsteget ved mine oppfatninger av egne idéer. Derfor vil jeg endre *evaluering* til å hete *tilbakemelding*.

Da jeg hadde fullført to deler av låta jeg jobbet med i tredje aksjonsperiode, fremførte jeg den umiddelbart for noen kollegaer. Deres tilbakemelding bidro til avgjørelsen om å skrive en ny

del i låta. Jeg opplevde at en ytre respons både var motiverende og påvirket mine egne kunstneriske valg. Dette viser at tilbakemelding underveis kan drive prosessen videre.

På en annen side kan tilbakemeldinger underveis også hemme prosessen. Tidligere siterte jeg Rickie Lee Jones. Hun sa at tilbakemelding på et sårbart tidspunkt gjorde henne usikker på låta hun hadde skrevet. Hun prøvde å skrive låta ferdig opptil flere ganger, uten å bruke den videre (Zollo, 2003:485). Hvis responsen jeg fikk på låta i tredje aksjonsperiode hadde vært negativ, er det ikke sikkert at jeg hadde fullført låta. Dette viser at det er viktig å være bevisst på *når* man eksponerer idéer til andre, og at tilbakemeldinger fra andre sansynligvis vil ha en påvirkningskraft. *Hvem* dette kommer fra vil naturligvis også bety noe. Det ser ut til å være viktig at den personen man eksponerer prosessen for bør ha en forståelse for arbeidet slik at vedkommende kan gi konstruktive tilbakemeldinger.

5.7 Inspirasjon

Gjennom undersøkelsene fremkom inspirasjon som en kompleks opplevelse slik Bonnár (2008) hevder. Jeg refererte i kapittel to (punkt 2.3.1) at opplevelsen av inspirasjon blant annet kan gi skaperkraft og motivasjon (Ibid:62). I punkt 5.5 under *målformulering* diskuterte jeg sammenhengen mellom omgivelsene, opplevelsen av inspirasjon og idéskapning, og erfaringer fra første aksjonsperiode viste hvordan disse tre ser ut til å være tett knyttet opp mot hverandre.

I undersøkelsen viste det seg at fravær av inspirasjon påvirket konsentrasjonen. Da inspirasjonen ikke var til stede, kunne låtskrivingsprosessen stoppe opp. Ved et økt fokus på prosessen klarte jeg bedre å opprettholde flyten i arbeidet til tross for fravær av inspirasjon. I andre aksjonsperiode brukte jeg en strukturert timeplan som verktøy for å holde dette fokuset, og jeg brukte bevisst fagkunnskapene til å videreutvikle idéer da inspirasjonen var fraværende.

Kilden til hva som skapte inspirasjon varierte i undersøkelsen. Inspirasjon var en opplevelse som kom og gikk i prosessen, fremfor å være en konstant opplevelse. Det viser at det er viktig å tilrettelegge skriveprosessen slik at den ikke er avhengig av en konstant tilstedeværelse. Ved å tilrettelegge de andre ytre faktorene og anvende teoretisk kunnskap kan jeg bidra til at prosessen flyter uavhengig av opplevelsen av inspirasjon.

Da inspirasjon gir skaperkraft (Bonnár, 2008:62), vil jeg hevde at inspirasjon ikke bare er en ytre faktor som påvirker låtskrivingsprosessen, men også en forutsetning for at

låtskrivingsprosessen kan finne sted. Opplevelsen vil variere etter hvilken sinnstemning man er i (Ibid:131-132). Hvordan inspirasjon *oppleves* for meg må derfor også handle om min personlighet.

5.8 Nytt element

I tredje periode skrev jeg ferdig en låt med to tilsynelatende viktig elementer: (1) Jeg brukte en akkord på en måte jeg ikke har gjort i tidligere låter, og (2) i øyeblikket låta ble skrevet ferdig anvendte jeg en gitar i skriveprosessen av låta for første gang. Det virker som at det å anvende et nytt element i låtskrivingen, i dette tilfellet en ny akkordvendning, er en forløsende faktor i skriveprosessen. Dette i kombinasjon med å anvende et nytt instrument hjalp meg til å høre idéen i et nytt lys. Jeg vil på bakgrunn av dette hevde at det å ta inn et *nytt element* kan ses på som en ytre faktor som kan lede til problemløsning.

Et nytt element har likhetstrekk til det å oppleve inspirasjon. Bonnár (2010) påpeker at inspirasjon er en kompleks opplevelse som åpner opp for fantasien (Ibid:62). I kapittel to (punkt 2.3.1) refererte jeg til Johnson (2010) som hevder at nye idéer er nye nettverk. Det å oppsøke nye inntrykk kan gi opplevelsen av inspirasjon og lede til nye idéer. Det er en utfordring å skille disse faktorene fra hverandre, da de er tett knyttet sammen, men jeg vil likevel hevde at man aktivt kan oppsøke nye elementer. Man kan oppsøke nye tentative strukturer og bevisst anvende dem i låtskrivingsprosessen. Jeg omtaler ikke et nytt element som en ny idé eller som inspirasjon, men som et konkret element i låta.

Jeg hevder ikke at dette er noe nytt for låtskrivere - at man skal sette sammen ting på en ny måte - men man kan karakterisere og behandle dette som en ytre faktor. Det er en ny ytre faktor og det hadde vært interessant å sett på hvordan denne faktoren fungerer for forskjellige låtskrivere.

6 OPPSUMMERING

Denne masteroppgaven har hatt til hensikt å finne svar på *hvilke faktorer som kan påvirke låtskrivingsprosessen*. I kapittel to kom det frem at prosessen påvirkes av flere ulike variabler, og jeg har forsøkt å tydeliggjøre disse gjennom en analytisk struktur som skiller faktorene i to kategorier: *Indre og ytre faktorer*. Da oppgaven ønsket å undersøke de ytre faktorene, har indre faktorer som fagkunnskaper, evner, motivasjon og personlighet ikke vært en del av undersøkelsen. Denne avgrensningen valgte jeg blant annet fordi jeg ønsker å se på prosessen fra mitt utøvende ståsted. Intensjonen var å finne frem til verktøy som kan forbedre prosessen, fremfor å analysere hvordan min personlighet eller mine fagkunnskaper påvirker den. Oppgaven har derimot tatt utgangspunkt i at de *ytre faktorene* må ses i lys av låtskriveren selv. For å lære hvordan de kan innvirke på prosessen kreves det egenrefleksjon og bevisstgjøring rundt egen personlighet hos den enkelte låtskriver. Denne oppgaven tar derfor høyde for at personligheten påvirker prosessen, men målet er å få de ytre faktorene til å samhandle på best mulig måte etter låtskriveren selv.

Gjennom aksjonsforskning har jeg undersøkt min egen låtskrivingsprosess. Aksjonsforskning ønsker å "invitere andre til å lære med dem utifra praktiserte teorier og ønsker ikke å generalisere sin kunnskap" (McNiff & Whitehead, 2006:27). Jeg har forsøkt å besvare problemstillingen gjennom å vise til erfart kunnskap. I metodekapittelet (kapittel 3) redegjorde jeg for min forskningprosess som videre ble presentert i sin helhet i resultatutviklingen (kapittel 4). De tre aksjonsperiodene jeg har gjennomført synliggjør min læringsprosess og utvikling. Funnene i forskningsprosessen har blitt oppdaget, modifisert og utviklet i en kronologisk rekkefølge, og i et retroperspektiv kan derfor mine oppdagelser underveis tildels fremstå som umodne og selvfølgelig.

I arbeid med å undersøke min egen låtskrivingsprosess er det en sjanse for at oppgavens relevans for andre låtskrivere blir innsnevret. All forskning må etterprøves og jeg ønsker heller ikke å generalisere min kunnskap. Oppgavens problemstilling har derfor hatt til intensjon å belyse hvilke ytre faktorer som *kan* påvirke prosessen, og dette besvare gjennom en aksjonsforskningsstudie. Hvilken innvirkning de ytre faktorene har må etterprøves av flere før man kan utpeke noen tendenser.

I drøftingskapittelet (kapittel 5) har jeg sammenlignet funnene fra teorikapittelet (kapittel 2) med erfaringene fra forskningsprosessen. Målet er å kunne forbedre prosessen, og jeg opplever at den interaktive modellen jeg presenterte i kapittel to gir et teoretisk grunnlag for å

forstå hvordan man kan gjøre dette. Edward Necka (2003) hevder at evaluering er en kjerne i den kreative prosessen, og mine funn har bekreftet dette, og også vist at måten man evaluerer på er en *nøkkel* til å kunne forbedre prosessen. Jeg har også vist at de ytre faktorenes innvirkning på prosessen i stor grad påvirker evalueringen gjennom å innvirke på hvordan jeg *forholder* meg til prosessen. Det overordnede fokuset i prosessen har derfor blitt et naturlig hovedtema i drøftingskapittelet som skaper et grunnlag for å forstå hvordan man kan anvende de ytre faktorene som hjelpeverktøy. Dette vil jeg oppsummere under punkt 6.1. *Inspirasjon, omgivelser, tidsaspektet, tentative strukturer og utstyr*, og *målformulering* er ytre faktorer som til enhver tid innvirker på skriveprosessen. Dette fremgår i min egen undersøkelse og jeg vil oppsummere funnene av de ytre faktorene i punkt 6.2. Hvorvidt *tilbakemelding* er en ytre faktor som *alltid* er tilstede i skriveprosessen vil jeg kommentere under punkt 6.4 som handler om oppgavens begrensninger og forslag til videre forskning. I min undersøkelse kom det frem en ny ytre faktor, også denne vil utdypes i punkt 6.4 i tillegg til oppsummeringen av de ytre faktorene. Alle de ytre faktorene vil bli presentert i en ny revidert modell i punkt 6.3.

6.1 Fokus

I kapittel to refererte jeg til en interaktiv modell som viser at *evaluering* og *idéskapning* må ses som to aspekter av samme prosess. Denne modellen viser at det er viktig å ikke evaluere idéene oppmot et fremtidig mål fordi målet blir til underveis. Jeg har gjennom undersøkelsen min erfart at dette er riktig, og har i tillegg argumentert for at det å ha et prosessorientert fokus vil bidra til en konstruktiv evaluering. Sammenhengen mellom mitt fokus i prosessen og innvirkningen av de ytre faktorene har vært tydelig. Før jeg oppsummerer hvilke ytre faktorer som har kommet frem i denne avhandlingen og deres sammenheng med fokuset i prosessen, vil jeg kort summere hvordan fokuset i prosessen påvirket evalueringen:

- Et overordnet fokus på *målet* bidro til at jeg forkastet idéene hyppig. Jeg ble mer kritisk evaluerende, noe som gjorde at skriveprosessen kunne stoppe opp. Jeg evaluerte idéene i større grad som feil eller riktig, fremfor å bearbeide dem og la idéene påvirke målet.
- Et overordnet fokus på *prosessen* bidro til at jeg jobbet lenger med hver idé. Dette resulterte i at jeg i større grad evaluerte konstruktivt og opprettholdt flyten i arbeidet.

6.2 De ytre faktorene

I teorikapittelet kom det frem at inspirasjon er en opplevelse som kan gi skaperkraft og motivasjon. Den er en kilde for kreativiteten og den påvirkes av min sinnsstemning. For å oppsøke inspirasjon kan man stille seg åpen og nysgjerrig. På bakgrunn av det har jeg argumentert for at inspirasjon ikke er det samme som idéskapningen i seg selv, og derfor ikke bare er en ytre faktor, men også en forutsetning for at prosessen skal skje. Dermed er inspirasjon overordnet de andre faktorene. I min undersøkelse har det vist seg at inspirasjon er en opplevelse som kommer og går, som påvirker prosessen både når den er tilstede og når den er fraværende. Jeg har vist at et overordnet fokus på prosessen vil hindre fravær av inspirasjon i å stoppe prosessen opp fordi et slik fokus bidrar til at idéene bearbeides i større grad.

Steven Johnson (2010) hevdet at omgivelsene spiller en viktig rolle for at nye tankestrukturer skal oppstå. Derfor er dette en viktig faktor som kan bidra til idéskapning. I forskningsprosessen erfarte jeg at dette stemte, men jeg så også at det var en tydelig sammenheng mellom opplevelsen av inspirasjon og idéskapning. Kvaliteten på inspirasjonen påvirket hvor mye idéer jeg fikk. Jeg vil derfor hevde at *inspirasjon, idéskapning og omgivelser* er tett knyttet sammen.

I teorikapittelet kom det frem at omgivelsene kan inspirere til musikalske og tekstlige idéer, og de spiller en viktig rolle for arbeidsro og trygghet. Dette stemmer, men mine funn viser også at utstyr kan fremme trygghet og arbeidsro i prosessen, samt inspirere. Jeg mener derfor at utstyr kan ha de samme funksjonene som omgivelsene. På en måte kan da omgivelsene omhandle alle ting som er utenfor låtskriveren selv, inkludert et sosialt aspekt, men det er likevel nyttig å isolere dem i hver sin kategori. Jeg mener dette viser noe av den kompleksiteten som finnes i låtskrivingsprosessen, fordi alle faktorer påvirker prosessen i samspill med hverandre.

Min undersøkelse viser at ytre evaluering først og fremst påvirket min *egen* evaluering, og at en ytre respons derfor fungerte mer som en tilbakemelding. Dette bidro til at jeg endret navnet på den ytre faktoren til å hete *tilbakemelding*. I tredje aksjonsperiode oppsøkte jeg å få tilbakemelding fra mine kollegaer. Jeg har erfart, i likhet med hva som kom frem i teoridelen, at en respons fra andre vil påvirke prosessen. Jeg har argumentert for at det vil være viktig å være bevisst på *hvem* man involverer i låtskrivingsprosessen og *når* man oppsøker tilbakemeldinger, siden de vil påvirke hvordan jeg selv evaluerer. Jeg erfarte også at dette kan

motivere, og på den måten bidra til arbeidsflyt. *Tilbakemelding* er ikke nødvendigvis en ytre faktor som er tilstede i prosessen hvis ikke låtskriveren selv oppsøker det.

I teorikapittelet var det tydelig at tidsavgrensning for noen låtskrivere kan skape en opplevelse av forventningspress, mens det for andre kan være motiverende. Jeg erfarte også at *omgivelsene* kunne skape et forventningspress. Da jeg reiste bort i første aksjonsperiode påvirket dette mine egne forventninger. Dette må likevel ses i lys av *tidsaspektet*, fordi jeg mener at summen av de to faktorene vil forsterke hverandre.

Undersøkelsene har vist at *tidsaspektet* er en ytre faktor som fortjener mer oppmerksomhet i låtskrivingsprosessen. Det ser ut til at måten man strukturerer arbeidet i tid er en nøkkel til å få et prosessorientert fokus. *Tidsaspektet* kan være en del av målformuleringen ved at man på forhånd kan planlegge tidsrammen, en timeplan og tidspunkt. I teoridelen kom det frem at rutinebasert arbeid kan forårsake at man får nok tid til å skrive, noe jeg hevder vil motvirke det å oppleve et forventningspress. Johnson (2010) hevdet også at pauser, altså tiden hvor man ikke fokuserer på problemløsningen, er viktig for at nye idéer skal oppstå. Dette viser også at det er viktig å planlegge *nok* tid til låtskrivingsprosessen slik at nye idéer kan vokse frem. Det kom også frem at pauser kan være et verktøy til å ta kontroll over mentale tankeprosesser, og kan bidra til økt konsentrasjon innad i arbeidsbolkene.

Den interaktive modellen til Necka (2003) har vist at *målformulering* henger sammen med *tentative strukturer*. Jeg mener at et prosessorientert fokus vil bidra til at de påvirker hverandre kontinuerlig, fordi det påvirker evalueringen. Blume (2004) hevdet også at man kan definere en kontekst for skriveprosessen, og på den måten bidra til mer relevante valg. Dette rammeverket er en åpen målformulering for skrivearbeidet, men jeg erfarte at kritisk evaluering bidro til at konteksten ble selve målet. Igjen vil jeg hevde at et overordnet fokus på prosessen kan bidra til at konteksten forblir et åpent rammeverk, slik at det er mulig å fornye det kunstneriske uttrykket. Prosessen vil da være åpen for flere mulige løsninger, og slik kan de tentative strukturene bidra til at jeg som låtskriver kan bli overrasket over resultatet. Det siste aspektet med målformulering handler om å sette en agenda. I alle aksjonsperiodene definerte jeg et mål for *antall* låter jeg ønsket å skrive. Dette vil påvirke fokuset i prosessen, fordi agendaen påvirker hvilke forventninger jeg har til resultatoppnåelsen innad i hver arbeidsbolk.

Et nytt funn som fremgikk av undersøkelsen var hvorvidt et *nytt element* kan ses på som en ytre faktor. I min låtskrivingsprosess har det vist seg at det å ta inn en ny tentativ struktur, for eksempel en ny akkordvending, kan være en forløsende faktor for resultatoppnåelsen.

6.3 Revidert modell av de ytre faktorene

Undersøkelsen har vist at de ytre faktorene er tett knyttet sammen og overlapper hverandre på enkelte punkt. I den reviderte modellen vil jeg presentere de sammenlagte funnene fra denne avhandlingen:

1. **Inspirasjon:**

Inspirasjon er en opplevelse som kan gi skaperkraft og motivasjon, og er en døråpner for kreativitet. Sinnsstemning vil påvirke opplevelsen, og ved å stille seg åpen og nysgjerrig kan man tilrettelegge for å bli inspirert. Opplevelsen er ikke konstant, men vil komme og gå i prosessen. Den vil påvirke prosessen både når den er til stede og når den er fraværende. Et overordnet fokus på prosessen kan bidra til å opprettholde arbeidsflyten.

Det er en sammenheng med opplevelsen og idéstrømmen. Hva som er kilden til inspirasjon vil variere til enhver tid, og de andre ytre faktorene kan både påvirke inspirasjonen og være det som inspirerer. Inspirasjon er ikke bare en ytre faktor, men også en forutsettende faktor for låtskrivingsprosessen, og dermed overordnet de andre faktorene.

2. **Tentative strukturer og utstyr:**

Instrumenter, utstyr, musikalske motiv og lyden av dem vil påvirke målet underveis. De kan inspirere og skape et grunnlag for målformuleringen av prosessen.

Utstyr kan også bidra til konsentrasjon og arbeidsro i prosessen. Tekniske begrensninger kan hemme prosessen hvis det tar for stort fokus. En balanse mellom hvor stor utfordringen er og hvor lang tid man bruker for å løse den, kan likevel hindre dette.

3. **Målformulering:**

Definering av målet for låta, konteksten eller rammeverket, samt agendaen. Målformuleringen påvirker hvordan man evaluerer underveis etter hvor åpen eller detaljert målformuleringen er. Målene kan (og vil oftest) være i endring underveis.

Ved å planlegge en realistisk agenda og ha en åpen målformulering kan man tilrettelegge for et overordnet fokus på prosessen. Dette kan bidra til at konteksten ikke blir et mål i seg selv.

4. Tidsaspektet:

Tidsaspektet kan planlegges på flere måter: En ytre tidsramme som åpen eller avgrenset, nok tid til at idéer oppstår, definere en timeplan som avgrenser mellom arbeid og pauser, og tidspunkt etter når man er mest kreativ. Arbeidet kan struktureres som rutinebasert arbeid, og det å skrive jevnlig kan gi nok tid.

Tidsrammen vil påvirke forventningene underveis, og ved å planlegge *tidsaspektet* kan man tilrettelegge for et overordnet fokus på prosessen. Pauser er også et verktøy til å ta kontroll over mentale tankeprosesser, og kan bidra til økt konsentrasjon innad i arbeidsbolkene.

5. Omgivelser:

Omgivelsene kan gi arbeidsro og kan skape trygghet til å utfolde seg kreativt. De kan både inspirere og bidra til nye idéer. Omgivelsene kan også skape forventninger, ved å for eksempel reise bort.

Omgivelsene kan oppsøkes slik at de gir nye inntrykk, og tilrettelegges etter låtskrivers behov.

6. Tilbakemelding:

Tilbakemelding kan både motivere og vil påvirke låtskriverens egen evaluering. Det er viktig å være bevisst på *hvem* man oppsøker og *tidspunktet* man eksponerer låtskrivingsprosessen for andre på, særlig fordi negative tilbakemeldinger kan hemme skriveprosessen. Hvis man ikke involverer andre låtskrivingsprosessen overhodet, er *tilbakemelding* ikke nødvendigvis en ytre faktor som er tilstede.

7. Nytt element:

Ved å oppsøke et nytt element, for eksempel å anvende en ny akkordvending man ikke har brukt tidligere, kan et det være en forløsende faktor for resultatoppnåelsen. Et nytt element i låta kan bidra til at låta oppleves ny for låtskriveren.

6.4 Oppgavens begrensninger og forslag til videre forskning

Utgangspunktet i egen låtskrivingsprosess begrenser naturligvis oppgavens omfang og fokus. Hver låtskriver har sin egen prosess, og dette gjør at denne avhandlingen sansynligvis ikke har dekket alle aspekter som kan finnes. Denne oppgavens begrensninger kan vise til flere retninger å ta dette temaet videre i.

Det første jeg vil trekke frem er at avhandlingen ikke har tatt høyde for låtskrivingsprosesser som inneholder flere låtskrivere. Det er ikke sikkert at alle de ytre faktorene som kom frem i denne avhandlingen gjør seg gjeldene i samarbeidssituasjoner. Jeg stiller meg også spørrende til hvilke andre ytre faktorer som kan finnes i denne sammenhengen. Dette kunne vært interessant å undersøke videre.

Det andre er at jeg ikke har fokusert på ulike arbeidsmetoder. Andre måter å jobbe på kunne belyst andre sider ved de ytre faktorene, og muligens pekt på flere faktorer enn hva denne oppgaven har gjort. Teoridelen har heller ikke gitt et grunnlag for å utpeke noen tendenser for hvordan de ytre faktorene innvirker på prosessen, og jeg kan derfor ikke generalisere dette. Det kunne vært interessant å undersøke om det finnes noen tendenser eller fellestrekk blant flere låtskrivere, samt hvilke andre ytre faktorer som påvirker prosessen ved ulike arbeidsmetoder.

Det tredje punktet jeg vil nevne er at denne masteroppgaven har ikke har sett på skriveprosessen frem til en låt er helt ferdigskrevet eller fremført for et publikum. Det gir oppgaven noen svakheter særlig i møte med *tilbakemelding* som en ytre faktor. Mine tidligere erfaringer med låtskriving har vist at jeg ofte korrigerer eller endrer på låtene selv etter at jeg har spilt dem på konsert. En mulig grunn til at jeg gjør dette kan være fordi jeg ikke klarer å se alle svakheter med en låt før jeg har spilt den sammen med andre, eller har fremført den for et publikum. Det ville vært interessant å undersøke denne delen av skriveprosessen videre. På en måte kan man kanskje si at tilbakemelding fra medmusikere eller gjennom publikumsrespons er en ytre faktor som *alltid* finner sted. På bakgrunn av min undersøkelse har jeg ikke nok grunnlag til å hevde dette, men jeg antar at låtskrivingsprosessen på et eller annet tidspunkt alltid vil romme en ytre respons eller evaluering før den kan regnes som endelig avsluttet.

I min låtskrivingsprosess fremgår det at det å ta inn et *nytt element* kan være en forløsende faktor i skriveprosessen. Det å aktivt oppsøke nye elementer til en låt kan påvirke

resultatoppnåelsen i prosessen. Det ville vært spennende å undersøke blant flere låtskrivere om dette er noe som kan generaliseres.

6.5 Avsluttende kommentarer

I starten av masterarbeidet forholdt jeg meg til låtskriving som en uforutsigbar prosess. Feltet rommet en kompleksitet jeg kun hadde vært borti deler av, og låtskrivingslitteraturen hadde gitt meg flere spørsmål enn svar vedrørende prosessen. Oppgavens tittel: "*Låtskrivingsprosessen, inspirasjon og håndverk?*" er en hypotese som har fulgt meg gjennom arbeidet med denne avhandlingen. For var låtskrivingsprosessen bare en kombinasjon av inspirasjon og håndverk, eller var det for enkelt å kun snakke om disse to? Gjennom undersøkelsene har jeg avdekket at låtskrivingsprosessen dreier seg om mye mer, og dermed vil jeg avkrefte denne hypotesen. Blant annet innebefatter prosessen låtskriveren og dens personlighet. Personligheten fargelegger hele prosessens hendelsesforløp gjennom en interaksjon av flere faktorer. De ytre faktorene: *Omgivelser, tidsaspektet, tentative strukturer og utstyr, inspirasjon, nytt element og tilbakemelding*, har en stor påvirkning på hvordan jeg evaluerer og fokuserer i prosessen, og påvirker alle aspekter ved meg som menneske. Dette viser hvor interessant og uforståelig låtskrivingsprosessen er.

Jeg har klart å bryte ned låtskrivingsprosessen til enkeltkomponenter som kan hjelpe meg til å forstå den bedre. *Inspirasjon* er en altomfattende opplevelse jeg vil beskrive som berikende og forutsettende for låtskrivingsprosessen. *Omgivelsene* gir inntrykk og impulser. De fyller min skriveprosessen med idéer og inspirasjon. De gir meg også arbeidsro og konsentrasjon. *De tentative strukturene og utstyret* bidrar til å omforme idéer i sinnet til konkrete låter. De kan skape arbeidsro og konsentrasjon, og de inspirerer meg til nye idéer og hjelper min kreativitet til å komme til uttrykk. *Tidsaspektet* rammer inn skriveprosessen og det skaper forventninger. Låtskriving er en tidkrevende prosess som trenger å struktureres. *Tilbakemelding* fra medmusikere og andre kan motivere og bidra til egevaluering av låtskisser. Et *nytt element* kan være en forløsende faktor i prosessen og viktig for det endelige resultatet. Det kan bidra til at jeg skriver låter som oppleves nye for meg.

Hvorvidt jeg skal forsøke å definere låtskrivingsprosessen er jeg usikker på om vil være hensiktsmessig. Den fremstår kompleks og inneholder mye mer enn bare inspirasjon og håndverk. Låtskrivingsprosessen er et samspill av uendelig mange aspekter og faktorer som kan berøre alle sider ved låtskriveren. Mitt forsøk på å bryte ned prosessen i mindre deler er

ikke et forsøk på å forenkle den, men et ønske om å gjøre deler av den mer håndgripelig. Jeg håper at denne oppgaven har vist at man kan anvende de ytre faktorene som redskap til å forbedre prosessen på samme måte som at man kan bruke teoretiske prinsipper til å forbedre låta. Låtskrivingslitteraturen formidler viktig kunnskap som kan bidra til å styrke låtmaterialet, men jeg vil fremheve at det å lære mer om prosessen kan være like viktig som det å lære fagkunnskaper og teknikker. Arbeidsprosessen vil også påvirke resultatet, og dermed er prosessen en faktor som påvirker låten.

Låtskrivingsprosessen fremstår som et spennende felt med mye å utforske. Jeg har gjennom denne avhandlingen nøye observert min egen prosess over lengre tid, samt lest faglitteratur fra ulike forskningsfelt for å nærme meg et svar som kan hjelpe meg til å forbedre prosessen. Det har vært en spennende prosess som har lært meg mye om meg selv. Gjennom oppgaven har jeg vist hvordan de ytre faktorene kan tilrettelegges for en forbedret låtskrivingsprosess. Det krever egenrefleksjon og planlegging, og jeg håper at denne avhandlingen kan bidra til dette.

REFERANSELISTE

- Blume, J. (2004). *6 Steps to Songwriting Success, the comprehensive guide to writing and marketing hit songs* (Revised Edition ver.). New York: Billboard Books.
- Bonnár, L. (2008). "*Hun var like vakker som Chopins klaverkonsert i f-moll*" : hvordan kan musikken inspirere kunstnere i deres kreative prosesser? (Mastergradsavhandling, Universitetet i Oslo) Hentet 18.04.2016, fra <https://www.duo.uio.no/bitstream/handle/10852/27175/MASTEROPPGAVEsistextutkast.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
- Braheny, J. (2006). *The Craft and Buisness of Songwriting - a practical guide to creating and marketing artistically and commercially successful songs* (3. ver.). Cincinnati: Writer's Digest Books.
- Braheny, J. (2015). "John Braheny, Archive on the Craft and Business of Songwriting." Hentet 09.04.2016, fra <http://johnbraheny.com>
- Ekern, I. (2013). *Fire Sanger-Sangskrivere om Låtskrivingsprosessen*. (Mastergradsavhandling, Universitetet i Oslo) Hentet 20.04.2016, fra https://www.duo.uio.no/bitstream/handle/10852/37559/Master_Ekern.pdf?sequence=2&isAllowed=y
- Farlex, T. F. D. (2013). *Inspirasjon* Hentet 16.02.2016, fra <http://no.thefreedictionary.com/inspirasjon>
- Gjestad, R. H. (2016, 23.04). "Nordmenn herjer på hitlistene: Finnes det et eget norsk popsound?." *Aftenposten*. Hentet 27.04.2016, fra <http://www.aftenposten.no/meninger/kommentarer/Finnes-det-et-eget-norsk-popsound-8440807.html>
- Haug, S. H. (2005). *Stigs bok om kreativitet : kreativ abc*. Oslo: Schibsted.
- Herr, K., & Anderson, G. L. (2005). *The action research dissertation : a guide for students and faculty*. Thousand Oaks, Calif: Sage.
- Johnson, S. (2010). *Where Good Ideas Comes From*. Presentert på TED Global 2010, London. Hentet 25.02.2016, fra http://www.ted.com/talks/steven_johnson_where_good_ideas_come_from
- Kruse, B. (1995). *Den tenkende kunstner : komposisjon og dramaturgi som prosess og metode*. Oslo: Universitetsforl.

- Larsen, A. K. (2007). *En enklere metode : veiledning i samfunnsvitenskapelig forskningsmetode*. Bergen: Fagbokforl.
- McNiff, J., & Whitehead, J. (2006). *All you need to know about action research*. London: Sage.
- Mumford, M. D., Baughman, W. A., & Sager, C. E. (2003). "Picking the right material: cognitive processing skills and their role in creative thought." I: M. A. Runco (Red.), *Critical creative processes (s.19-29)* Cresskill, N.J: Hampton Press.
- Necka, E. (2003). "Creative interaction: a conceptual schema for the process of producing ideas and judging the outcomes." I: M. A. Runco (Red.), *Critical creative processes (s.115-127)*. Cresskill, N.J: Hampton Press.
- Pattison, P. (2009). *Writing better lyrics, the essential guide to powerful songwriting*. Ohio: Writer's Digest Books.
- Peterik, J., & Austin, D. (2010). *Songwriting for dummies*. Hoboken: Wiley Publishin, Inc.
- Runco, M. A. (2003). *Critical creative processes*. Cresskill, N.J: Hampton Press.
- Store Norske Leksikon. (2009). *Inspirasjon*. Hentet 08.02.2016, fra <https://snl.no/inspirere%2FStimulere>
- Universitetet i Agder. (2014). "Nytt låtskriverstudium: Et stillas for låtsnekkere." Hentet 15.02.2016 fra <http://www.uia.no/nyheter/nytt-laatskriverstudium-et-stillas-for-laatsnekkere>
- Zollo, P. (2003). *Songwriters on songwriting* ([Expanded 4th ed.] 2. Da capo press ver.). S.I.: Da capo press.