



«MIN MUSIKK»

Dette skjemaet kan brukes for å kartlegge musikksmak og musikkinteresse. Skjemaet kan fylles ut av personen selv, pårørende, eller andre. Det kan også brukes som utgangspunkt for en hyggelig samtale om musikkpreferanser og erfaringer med sang og musikk gjennom livet.

«Min musikk» – del 1: Musikkinteresser

Er du glad i sang og musikk? _____

Hvor viktig har musikk vært i livet ditt tidligere?

(sett kryss ved ett alternativ)

☐ Svært viktig ☐ Nokså viktig ☐ Lite viktig ☐ Ikke viktig

Hvor viktig er musikk for deg nå? (sett kryss ved ett alternativ)

☐ Svært viktig ☐ Nokså viktig ☐ Lite viktig ☐ Ikke viktig

Har du spilt et musikkinstrument? Eksempelvis piano, gitar, munnspill, fiolin, trompet?

Har du spilt i korps, spelemannslag, orkester, ensemble eller annet?

Spiller du fortsatt _____

Hva med sang? Har du sunget i kor, sunget for barna da de var små, sunget ved familie-sammenkomster, i forbindelse med foreningsliv, ved høytider og merkedager eller i andre sammenhenger?

Synger du fortsatt? _____

Hva med dans? Har du danset, f.eks. gått på danseskole, danset en spesiell type dans, vært med på folkedans eller sosial dans i festlige lag?

Danser du fortsatt? _____

Har du noe å spille av musikk på? Hvis ja, hva bruker du? _____

«Min musikk» – del 2: Musikksmak

Her er en liste over forskjellige musikksgangere. Du trenger bare krysse av de sjangerne du liker eller misliker.

JA/NEI

Evt. kommentarer/eksempler

- ☐ ☐ Kjente sanger/viser _____
- ☐ ☐ Barnesanger/skolesanger _____
- ☐ ☐ Underholdningsmusikk/slagere _____
- ☐ ☐ Popmusikk _____
- ☐ ☐ Rock _____
- ☐ ☐ Country _____
- ☐ ☐ Dansemusikk _____
- ☐ ☐ Jazz/blues/evergreens _____
- ☐ ☐ Rhythm and blues/rap/hiphop _____
- ☐ ☐ Klassisk _____
- ☐ ☐ Folkemusikk/verdensmusikk _____
- ☐ ☐ Religiøs / åndelig musikk _____
- ☐ ☐ Jule- og høytidssanger _____
- ☐ ☐ Andre (f.eks. elektronisk musikk, korpsmusikk, meditasjonsmusikk) _____

Har du eksempler på utøvere/artister/komponister som du liker ekstra godt?

Har du egne LP-plater, CD-er eller spillelister som du liker godt å lytte til?

«Yndlingsmusikk»: Er det noen sanger eller musikkstykker som gjør deg godt, og som du gjerne velger når du vil lytte til musikk?



«Min musikk» – del 3: Musikk, følelser og minner

Dersom du ønsker å utdype enda mer, kan du også svare på spørsmålene under:

Her kan du gi eksempler på musikk som virker på deg på ulike måter.

Nevn gjerne musikkstykker, sanger, evt. komponister, artister.

«Fredsmusikk»:

Hvilken musikk gir deg ro?

«Fryd-musikk»:

Hvilken musikk virker oppkvikkende eller muntre deg opp?

«Trist musikk»:

Hvilken musikk hjelper deg å bearbeide eller forløse følelser?

«Musikalske minner»

Hendelser eller opplevelser knyttet til sang og musikk

Har du noen vonde minner knyttet til musikk?

Har du noen gode minner knyttet til musikk?

MMB kartleggingskjema – musikkpreferanser

Fyll inn egne musikkforslag

Rangering av respons:

3 – fulltreffer; min musikk

2 – positiv respons; liker musikken

1 – nøytral respons; verken liker eller misliker

0 – negativ respons; misliker, «slå av musikken!»

Sang/musikkstykke	Artist	Sjanger	Respons: 3,2,1,0	Personens reaksjoner, bevegelser, uttrykk, pust