

## “Don’t stand so close to me” – Musik som medel för fans att hantera en pandemi

Eva Kjellander Hellqvist

20 mars 2020 spelade 180 radiostationer i Europa, på samma klockslag i sina morgonprogram, låten *You’ll never walk alone* med Gerry & the Pacemakers på initiativ av den holländske radioprataren Sander Hoogendoorn. Låten kanske mest förknippas med Liverpool FC, men associeras också med lag som Celtic FC, Borussia Dortmund, Feyenoord och FC Tokyo. Initiativtagaren menar att låten representerar något större än sig själv; solidaritet och en påminnelse om att ingen ska behöva stå ensam i denna svåra tid (Strömberg 2020). Med facit i hand så kan det nog konstateras att just ensamhet är det som genomsyrat många människors liv under det senaste året. Att inte kunna träffas och umgås som vanligt har drabbat alla och för dem som redan tidigare varit ganska ensamma har pandemin gjort det efter värre. Idag, ungefär ett år efter pandemins utbrott, när vi ett hopp om att vi så småningom ska kunna återgå till ett mer normalt liv, vaccineringarna är igång, restriktionerna är vår vardag och det talas om det “nya normala”. Vi har lärt oss mycket under året som gått och inte minst har vi funnit nya strategier för att hantera vårt mående och våra liv.

Syftet med denna text är att diskutera musiks betydelse för människors välmående under en tid då det inte har varit möjligt att gå på konserter, fotbollsmatcher eller på annat sätt uppleva musik eller evenemang på plats, med fokus på dem jag benämner som fans. För definition av fans se nedan. Musik har för många människor varit av största betydelse för deras hantering av denna svåra tid. Det märks inte minst i det nya världsomspännande forskarnätverket, vars resultat ska presenteras under 2021, som undersöker vilken musik som lyssnats på under pandemin, Detta nätverk innefattar 370 forskare från 221 lärosäten och institutioner. De har dock redan presenterat ett preliminärt resultat som visar att glada melodier, som genererar positiva minnen, är i majoritet (Sundqvist 2020).

En fäbless för glada och positiva melodier kan vi också se på Spotify där det finns många spellistor att lyssna på inom området välbefinnande, med rubriker som “avslappning”, “självförbättring”, “konst och hälsa” och “glatt och upplyftande”. Inom var och en av dessa rubriker ryms det sedan låtar som sorteras in i underrubriker som “Happy hits”, “Mood Buster” och “Good Vibes”, alla vars syfte är att få oss som lyssnare att bli glada, upplyfta och motiverade. Dessa slags listor har funnits under lång tid, men kanske att de just nu fått fler följare än tidigare då det för närvarande är det individuella lyssnandet som tycks vara centralt. Det finns naturligtvis listor även för andra sinnesstämningar, men de är inte relevanta i denna text.

Att använda sig av musik i svåra tider är inget nytt. I musikterapeuten Gary Ansdells bok *How music helps in music therapy and everyday life* (2016) berättar han om hur musik kan hjälpa människor att må bättre utan att man för den skull behöver arbeta aktivt med musikterapi. Han menar att musik inte ska ses som medicin utan som något som genom olika aktiviteter kan hjälpa till att skapa god

hälsa. Han menar att: “[...] music helps not because it’s a ‘magic pill’ – doing something to us – but rather because of how we manage to draw it towards us and actively work with what it offers” (s. 295). Bara något så enkelt som att lyssna på sin favoritmusik dagligen kan bibringa ett ökat välbefinnandet i vardagen. Han skriver: “We love music because we need music” och “Good music is music that does good” (s. 295). Även om han menar att musik inte ska ses som medicin kan den användas som tröst och återhämtning, som ett slags icke-farmaceutiskt husapotek för att lindra olika symptom (se exempelvis Kjellander Hellqvist 2019). Detta visar sig också i musikvetaren Lars Lilliestams (2020) *Lyssna på musik; upplevelser, mening, hälsa* där tio personer djupintervjuas om sitt förhållande till musik och vad musiken gör med deras hälsa och välbefinnande. Lilliestam skriver att de senaste tio till femton åren har begreppet “musik och hälsa”, som är en breddning av det mer kliniska musikterapiområdet och som mer handlar om hur människor använder musik för sitt eget välbefinnande, fått allt större betydelse och utrymme inom den musikvetenskapliga forskningen. Många studier bygger på människors egna berättelser<sup>1</sup> där de talar om hur mycket musik betytt för dem (s. 39ff). En annan som ägnat mycket tid åt människors reaktion på starka musikupplevelser är musikpsykologen Alf Gabrielsson vars bok från 2011 förmedlar flera hundra berättelser om musikens betydelse för individen. Detta sammantaget pekar på att musik är viktigt för väldigt många människor, och att vi i större eller mindre utsträckning använder musik för att hantera olika saker, på olika sätt, i våra dagliga liv.

## Fans och utövande

För fans har det i och med pandemin skett en stor förändring i utövandet av fanskapen, oavsett om det är fotbollsfans eller musikfans som avses. Begreppet fanskap ska inte tolkas utifrån den vanliga betydelsen att det är något eländigt, något mindre bra, utan som en försvenskning av det engelska fandom med betydelse i likhet med brödraskap, systerskap eller föräldraskap. Jag avser inte något negativt med detta utan menar att det är ett bra och användbart ord som på enkelt vis beskriver ett fans tillhörighet. Ett utvecklat resonemang kring detta går också att finna i min avhandling *Jag och mitt fanskap: vad musik kan betyda för människor* från 2013. Med fans<sup>2</sup> avses här de personer som på ett djupare plan väljer att följa en artist, musiker i en specifik genre eller kanske ett fotbollslag. De engagerar sig aktivt i föremålet för fanskapet genom konsertbesök, säsongskort på fotbollsmatcher eller på att på olika sätt sysselsätta sig med sitt intresse. Tarver (2017) definierar ett fan som: “[...] a combination of *care* (that is, emotional investment) and *practice* (that is, some form of active engagement [...])” (s. 11). En del av fanskapen utövas också via sociala medier. I och med pandemins utbrott har det skett en förflyttning av utövande av fanskap från offentliga arenor till privata. Gemenskapen som fansen är en stor del av sker nu via nätet, och sociala medier, som exempelvis Facebook, har kanske fått en större betydelse för den enskilda individen än vad som varit förväntat. För många artister har spelningar via just Facebook blivit en

---

<sup>1</sup> För en översikt se vidare i Lilliestam 2020.

<sup>2</sup> För en mer utförlig definition se Kjellander 2013.

liten källa till inkomst, men det bygger på att den som lyssnar känner att den vill stödja artisten i fråga och därmed skänka en slant. Det är också möjligt att via sociala medier få information om andra slags digitala spelningar. Till exempel har Kulturbolaget i Malmö regelbundet anordnat streamade spelningar med artister som Wilmer X, Royal Republic och Jenny Wilson. Till dessa har man kunnat köpa streamingbiljetter med olika pris beroende på om man haft för avsikt att titta själv, tillsammans med en annan person eller med flera andra personer (kulturbolaget.se). Samma princip har gällt för vissa svenska fotbollsmatcher där det varit och är möjligt att köpa en så kallad soffbiljett och därmed få tillgång till streamad match, ofta via lokalpressen, det vill säga matchen sänds via den lokala tidningens hemsida.

För fotbollsfans är musik en stor del av deras fanskap. Det förekommer både ramsor och sånger som förknippas med de olika lagen och dessa är viktiga komponenter i fansens liv (se exempelvis Ahlsved 2017). För lokala Liverpoolsupportrar i en mindre svensk stad har uppladdning innan match normalt skett på en av stadens pubar med livemusik och sång. Detta har under pandemin inte varit möjligt, och därför har istället all uppladdning innan match skett med livespelning via Facebook av en lokal trubadur, som spelar låtar med Liverpool FC-tema. Det har blivit ett sätt att förena fansen trots att de inte kan träffas. Under matchen har några fans sedan varit aktiva i samma Facebookgrupp genom att kommentera händelser på fotbollsplanen, som om man satt och samtalade i samma rum trots att alla suttit själv och tittat på teve, i telefon eller i dator i sina egna vardagsrum. Den kollektiva supporter-kulturen förflyttas fysiskt till det individuella rummet medan kontakten mellan de enskilda fansen kanske ökar. Det kan också skapas en känsla av trygghet när alla sitter bakom sina egna skärmar och det är möjligt att stänga av när man så önskar.

Vad kan då detta få för konsekvenser för hur vi utövar våra fanskap framöver? I och med pandemin kan man kanske säga att musik blivit något vi konsumerar, inte upplever. Vi tittar på dator- eller teveskrmar för att ta del av en konsert eller en fotbollsmatch, men vi gör det för oss själva eller tillsammans med våra närmsta. Upplevelsen blir tvådimensionell istället för tredimensionell, det vill säga vår upplevelse blir på sätt och vis plattare när vi inte får vara med andra människor i ett gemensamt rum. Det finns dock också positiva aspekter av att allt finns tillgängligt via ett knapptryck. För alla dem som inte kan eller har möjlighet i vanliga fall heller att ta sig till en konsertlokal eller fotbollsarena öppnas det upp större möjligheter. Det finns många skäl till att inte kunna lämna hemmet, med allt från sociala fobier till fysiska sjukdomar, som hindrar människor från att delta på samma villkor som andra. För många av dessa är förändringen kanske positiv. De kan i trygghet i sitt eget hem få samma eller liknande upplevelser som de som normalt sätt bevittnar evenemang live och på plats. Kulturen kan sägas vara lika otillgänglig (eller tillgänglig) för alla. Det har kanske på något vis blivit mer bekvämt, men på bekostnad av annat.

### **Musikens påverkan på oss**

I en annan kommande artikel visar jag hur svenska Liverpoolfans förhåller sig till den i inledningen nämnda låten *You'll never walk alone*, och där finns några exempel som handlar om pandemin och mer direkt om hur låten hjälpt fansen

att klara av en svår tid. En 59-årig man berättar till exempel om hur han fick låten spelad för sig när han låg nedsövd i respirator. Han är övertygad om att den hjälpte honom att tillfriskna. Ett annat fan berättar att han arbetar inom vården och att låten ständigt varit närvarande, där lyssnandet blivit ett sätt att hämta energi och hopp (Kjellander Hellqvist under utgivning). Lilliestam (2020) menar att det finns starka kopplingar mellan en människas välbefinnande och musik. Han säger:

Musik påverkar ens emotioner och sinnestillstånd och används ofta [...] högst medvetet för att man ska bli på gott eller bättre humör eller för att bearbeta ilska, sorg, trötthet, melankoli, att härda ut (s. 296).

Detta finns det oerhört många exempel på och vi kan till exempel hitta en krönika i Sjöfletidningen med titel "Musik som tar mig igenom pandemin" där krönikören listar ett antal låtar med coronatema som "Dancing on my own" och "Don't give up" den senare kommenterar hon med orden "Balsam för en orolig själ" (Johansson 201121).

Inledningsvis lyftes det fram exempel på att glad musik förväntas ge lyssnaren glädje och ledsen musik det motsatta. Detta synsätt kan kopplas till det som inom musikpsykologin benämns som contagion<sup>3</sup>(kontaminering), det vill säga att glad musik får en att känna sig glad och mollbetonad musik får en att känna sig ledsen. Juslin (2019) förklarar det med:

Emotional *contagion* refers to a process whereby an emotion is induced by a piece of music because an independent region of the brain reacts to certain features as if they were coming from an human voice the expresses an emotion, which leads the listener to mirror the emotional expression internally (s. 287. Kursiv i org.).

Det är inte helt okänt att om man ler mot någon så får man ett leende tillbaka eller om man är väldigt nervös så "smittar" man andra med sin nervositet. En lugn och av slappnad representant för myndigheterna som utfrågas om coronasituationen skapar lugn och trygghet för folket, medan en osäker, tveksam och stressad person skapar det direkt motsatta. Men är det så enkelt att glad musik ger glada människor? Om vi återvänder till exemplet *You'll never walk alone* så är detta en låt som går i C-dur<sup>4</sup>, men där det frekvent förekommer mollackord, framför allt i versen. Låten går i ett ganska långsamt tempo, 56 bpm, som kan jämföras med ABBAs *Dancing Queen* som går i 101 bpm. Låten uppfattas inte som direkt "glad", texten handlar dock om hopp och förtröstan, men melodiskt kan den nog uppfattas som något melankolisk. Då skulle en tolkning av sångarens röstuttryck utifrån ovanstående citat ge vid handen att låten är ledsam, vemodig och tungsint. Men i den tidigare nämnda undersökningen visade sig merparten av de 378 undersökta Liverpoolfansen i Sverige förknippa låten med positiva känslor, och ordet *glädje* används av ungefär en tredjedel av informanterna i deras beskrivning av hur de upplever låten. Det handlar dock snarare om låtens kontext som ger dem glädjekänslor, och låten blir på så vis representant för glädjefyllda minnen som i sin tur ger kopplingen *ledsen låt=glädje*. Juslin pratar om "context effects" i samband med konsertsituationer där många fans tillsammans får en unison upplevelse som

<sup>3</sup> Utförligare diskussion om hur begreppet växt fram finns i Juslin 2019.

<sup>4</sup> Jag utgår från den mycket förenklade idén om att dur upplevs som glatt och moll som dess motsats.

skapas av kollektiva känslor (s. 290). Fotbollsfansens känsla av tillhörighet förstärkts av musiken och skapar kollektiv glädje. Här handlar det ånyo om starka känslor som ska hanteras. När det sker i ett större kollektiv är det lättare än när man är i sin ensamhet.

Detta sker på samma sätt vid konserter där den totala upplevelsen, förhoppningsvis, är glädje även om en del av låtarna som framförs är nedstämda och kanske rent av deprimerande. Eftersom vi just nu lever i en tid när vi varken kan uppleva fotbollsmatcher eller konserter live på plats vore det helt rimligt att tänka sig att också upplevelserna förändras. Forskarna Thompson & Larson (1995) undersökte hur 483 ungdomar i åldern nio till 15 år lyssnade på och upplevde musik, både tillsammans med andra och i ensamhet, genom att under en veckas tid låta dem föra loggbok över sina upplevelser. De kom fram till att exempelvis rockmusik framkallade positiva känslor för ungdomarna när de lyssnade tillsammans med kamrater, i mycket större utsträckning än när de lyssnade ensamma, och att hårdrock framkallade negativa känslor när de lyssnade med familjen, detta trots att det var en uppskattad genre för dem (s. 731). Detta indikerar att genom att lyssna tillsammans med andra som uppskattar samma musikgenrer eller låtar som en själv så ger det ökade positiva känslor, medan det solitära lyssnandet kanske är bättre än att lyssna tillsammans med någon som inte uppskattar samma musik.

### **Konsekvenser för alla**

För artisterna på scenen eller fotbollsspelarna på planen blir det också en annorlunda upplevelse. Rick Parfitt från Status Quo reflekterar över konsertpubliken: "They let you know when you get it wrong. You can tell by their expressions, the way they look at you from the audience [...] we don't want to let them down" (Blake & Kasper 1993:149). Den direkta feedbacken de brukar få av sina fans uteblir just nu. Artisterna och fotbollsspelarna är utlämnade till sin egen personal, som tekniker och tränare. Den odelade kärleken från fansen får de inte där och då utan den får de ta del av efteråt antingen via sociala medier eller på annat vis. För artisten kan man tänka sig att feedbacken består av kommentarer om att fansen uppskattat att höra dennes låtar, det vill säga en positiv återkoppling. Men för fotbollsspelaren kan det däremot vara oerhört negativt om laget förlorat, vid vinst är det för det mesta positiva tongångar. Fotbollsfans är en kritisk skara. Inte alltför sällan är det hårda ord som skrivs av fansen, något som Tarver (2017) beskriver så här: "Sport fans love to hate. While fandom is often thought of as a practice of support, identification and admiration, fans engage just as vociferously in ill will, dis-identification, and hatred. This negative fandom may take a variety of forms, from team-based rivalries to antipathy for individual players" (s. 143). Att sitta och ge negativa kommentarer bakom en skärm är mycket lätt, mycket lättare än att uttrycka sig på samma sätt tillsammans med andra. Under en fotbollsmatch som man besöker live så är återkopplingen direkt och både bu-rop (sågas ska att bu-rop hänger ofta samman med att domarna tar något negativt beslut för det egna laget och de är därför riktade direkt till dem) och heja-rop kommer i den direkta situationen. Även om det sker en del bu-rop så avslutas matchen med att fansen applåderar sitt lag oavsett om de vunnit eller förlorat. Den positiva

återkopplingen är den som spelarna tar med sig av planen, men också något som betyder något för fansen själva. Eichberg (2009) menar att genom att applådera för spelarna (eller för den del artisterna vid en livespelning) så visar fansen också uppskattning för sig själva genom att kroppsligt kommunicera att de är en del av eventet (s. 107). Crawford (2004) menar att fansen har helt avgörande roll för hur atmosfären på de olika evenemangen tar sig uttryck (s. 85). Denna omedelbara belöning uteblir just nu och påverkar kanske matcher som spelas utan publik mer än vad vi kan ana. För oavsett hur pandemin sprids så genomförs alla fotbollsligor världen över, men utan att fansen kan ta del av dem live.

### **Avslutande diskussion**

Musik hjälper oss att både färdas bakåt i tid och att vara i nuet. Genom att minnas vad vi lyssnade på vid vissa tillfällen kan vi återkalla känslorna vi hade då, oavsett om de är positiva eller negativa. Speciella händelser kan förknippas med speciella låtar. Men konklusionen blir att det kanske inte är musiken i sig som spelar roll när vi väljer vad vi vill lyssna på för att må bättre, utan det är känslan musiken framkallar i form av tidigare upplevelser och minnen som är av betydelse. Det spelar ingen roll hur glad och upptempo en låt är om den inte får oss att sätta den i samband med en positiv och glädjefylld situation, och vi kan därför inte ta för givet att alla människor blir glada av en spellista med så kallade "Happy songs".

Musiksmak är mycket individuellt men kan genom olika fanskap delas med andra människor. Fans till exempelvis Kiss delar sin smak för bandet, men behöver inte uppskatta samma låtar för det. Men vid en livekonsert så är alla där för samma sak och de enskilda låtarna har mindre betydelse. Kollektivet och situationen blir viktigare än individen. Därför är det också svårare att interagera med andra fans via sociala medier där individen står i centrum. Det finns ingen övergripande situation att ta hänsyn till utan var och en är sig själv närmst, vilket kan jämföras med ovan undersökning där tonårsbarnen hellre lyssnade i ensamhet än tillsammans med föräldrarna. Man blir helt enkelt kontextlös. Detta sammantaget indikerar att isoleringen under pandemin gör att musikens betydelse förändras till att vara ännu mer individuellt anpassad.

Citatet i titel på artikeln är en låt med det brittiska bandet The Police från 1980. Låten har absolut inget att göra med en pandemi utan handlar om relationen mellan en manlig lärare och en kvinnlig elev. Men i pandemins fotspår så återfinns det många krönikor, liksom den beskrivna ovan, som listar olika låttitlar som kan ses som ögonblicksbilder av människors upplevelse av pågående pandemi. Det finns också en hel del nykomponerade låtar med coronatema som är till för att höja kunskapen om viruset, något som skett även vid tidigare epidemier (Bjurs 2005:12). Budskapet i låttiteln är kanske den viktigaste regeln vi har just nu; stå inte så nära! Musik har betydelse på många olika sätt för människor och när vi väl kommer ur pandemin behöver vi på nytt få uppleva hur det är att gå på konsert och på match tillsammans. Samtidigt så kanske detta med streamade konserter blir det nya "live". Framtiden får utvisa detta. Till dess håller vi ut och lyssnar för oss själva.

## Källförteckning

Ahlsved, Kaj. 2017. *Musik och sport: En analys av musikanvändning, ljudlandskap, identitet och dramaturgi i samband med lagsportevenemang*, diss. Åbo Akademi, Finland.

Ansdell, Gary. 2016. *How music helps in music therapy and everyday life*, London: Routledge.

Bjurs, Sofia. 2020. Artister världen över skapar musik om coronaviruset. <https://sverigesradio.se/artikel/7460930>

Blake, Cindy, Kasper, Roger, Rossi, Francis & Parfitt, Rick. 1993. *Just for the record - The autobiography of Status Quo*, London: Bantam press.

Crawford, Garry. 2004. *Consuming sport: fans, sport, and culture*, London: Routledge.

Eichberg, Hans. 2009. "The energy of festivity: atmosphere, intonation and self-orchestration in Danish popular sports" i Bateman, Anthony & Bale, John (red.) *Sporting sounds: relationships between sport and music*, London: Routledge.

Gabrielsson, Alf. 2011. *Starka musikupplevelser: musik är mycket mer än bara musik*, Möklinta: Gidlund.

Johansson, Marina. 2020. "Musik som tar mig genom pandemin" <https://www.saffletidningen.se/2020/11/21/musik-som-tar-mig-genom-pandemin/>

Juslin, Patrik N. 2019. *Musical emotions explained: unlocking the secrets of musical affect, First edition*. Oxford: Oxford University Press.

Kjellander, Eva. 2013. *Jag och mitt fanskap- vad musik kan betyda för människor*, diss. Örebro universitet.

Kjellander Hellqvist, Eva. 2019. "Spellistan som husapotek", i Askander, Mikael & Lundin, Johan (red) M&STE — elektronisk tidskrift för konferensen Musik & samhälle.

Kjellander Hellqvist, Eva (under utgivning) "At the end of the storm, there's a golden sky/The importance of an English football anthem for the Swedish fans", Journal of fandom studies.

Kulturbolaget.se [hämtad 21.04.08].

Lilliestam, Lars. *Lyssna på musik: upplevelser, mening, hälsa*, Göteborg: Bo Ejeby förlag.

Spotify [hämtad 21.03.25].

Strömberg, Therese. 2020. 'Samma låt spelades i hela Europa samtidigt', *Expressen*, 20 mars, <https://www.expressen.se/sport/fotboll/premier-league/samma-lat-spelades-i-hela-europa-samtidigt/> [hämtad 20.07.24].

Sundqvist, Alexandra. 2020. 'Nytt forskarnätverk kartlägger musiklyssningen under corona', *Dagens Nyheter*, 28 juli, [www.dn.se/kultur-noje/nytt-forskarnatverk-kartlagger-musiklyssningen-under-corona](http://www.dn.se/kultur-noje/nytt-forskarnatverk-kartlagger-musiklyssningen-under-corona) [hämtad 21.03.19].

Tarver, Erin C. 2017. *I in team: sports fandom and the reproduction of identity*, Chicago: The university of Chicago press.

Thompson, R. L, & Larson, R. 1995. "Social Context and the Subjective Experience of Different Types of Rock Music." *Journal of Youth and Adolescence* 24.6, s. 731-44.