

Inkludering i kor

Tilpasset opplæring for sosial inkludering i kor



Dette dokumentet (denne e-boken) er utviklet av [Norsk sangerforum](#) med støtte fra [Musikkens studieforbund](#).

Vi ønsker å stimulere til inkludering og mangfold i kor over hele landet. Gjennom dette dokumentet, og tilknyttet opplæringstiltak (kurs) i regi av oss selv eller andre, håper vi å bidra til dette.

Tre av FNs bærekraftsmål ligger til grunn for dette løpende arbeidet:

- [Bærekraftsmål 3: God helse og livskvalitet](#)
- [Bærekraftsmål 5: Likestilling mellom kjønnene](#)
- [Bærekraftsmål 10: Mindre ulikhet](#)

Dokumentet kan lastes ned hvis du ønsker, og du kan dele det fritt. Du står også fritt til å gjøre endringer i dokumentet før du deler det med andre.

Dokumentet vil bli oppdatert løpende. Du kan se i bunnteksten på sidene når det sist ble oppdatert.

I arbeidet med denne e-boken har vi samarbeidet med mange andre organisasjoner som driver egne prosjekter innenfor det samme feltet. Vi vil rette en spesiell takk til [International Music Council](#), [Sing Ireland](#) og [European Choral Association](#) for tett og godt samarbeid med oss i arbeidet.

Innhold

Innledning	4
Like barn leker oftest	5
Mangfold	6
Likestilling og likevekt	7
Å arbeide for god inkludering i koret	9
Bli bevisst	10
Deltakere med begrensede språkkunnskaper	11
Deltakere med bevegelseshemminger	12
Deltakere med nedsatt synsevne	13
Tilgjengelighet	15

Innledning

Målet med denne e-boken er rett og slett å hjelpe sanggrupper og kor å gjenkjenne diskriminering og å oppmuntre til å inkludere mennesker med særskilte behov for tilrettelegging.

De frivillige musikkorganisasjonene ønsker at alle mennesker som ønsker det skal få anledning til å delta i fritidsmusikklivet. Norsk sangerforum vil at korsang skal være en aktivitet uten reservebenk der alle skal kunne få opplæring uavhengig av kjønn, etnisitet, funksjonsnivå og andre forhold.

Individuell tilpasning av opplæringen som foregår i kor kan være nødvendig i en del tilfeller. I denne e-boken gir vi eksempler vi på tre deltakergrupper som kan ha nytte av slik tilpasning. Eksempelene vi gir er:

- Deltakere som ikke har norsk som sitt morsmål (førstespråk)
- Deltakere med bevegelseshemminger
- Deltakere med synshemminger

[Lov om likestilling og forbud mot diskriminering \(likestillings- og diskrimineringsloven\)](#)

omtaler ikke retten til å kunne delta i frivillige aktiviteter. Men fritidsaktiviteter er viktig for alle mennesker.

[Lov om offentlige styresmakters ansvar for kulturverksemd \(kulturloven\)](#) omtaler offentlige styresmakters ansvar for kulturvirksomhet. Loven sier at det offentlige har et ansvar for "[at alle kan få høve til å delta i kulturaktivitetar](#)".

[Lov om voksenopplæring \(voksenopplæringsloven\)](#) skal bidra til motivasjon og tilgang til kunnskap og kompetanse **for alle**. Studieforbundene skal drive sin kursaktivitet på grunnlag av minst ett av de overordnede målene som er nevnt i loven. To av disse overordnede målene er "[å senke terskelen for læring og deltakelse i frivillige organisasjoner](#)" og "[å bekjempe utenforskap og bidra til inkludering](#)".

Like barn leker oftest

Her er en liten øvelse du kan gjøre med sangerne i koret ditt.

Be hver av sangerne å skrive ned navn på fem mennesker de kjenner godt - og som de stoler på fullt og fast. Be dem deretter å notere seg hvilke av de fem menneskene som

- **Har et annet kjønn**
- **Har et annet morsmål**
- **Bekjenner seg til en annen religion**
- **Har en annen seksuell legning**
- **Har en annen hudfarge**
- **Tilhører en annen aldersgruppe**

...og så videre.

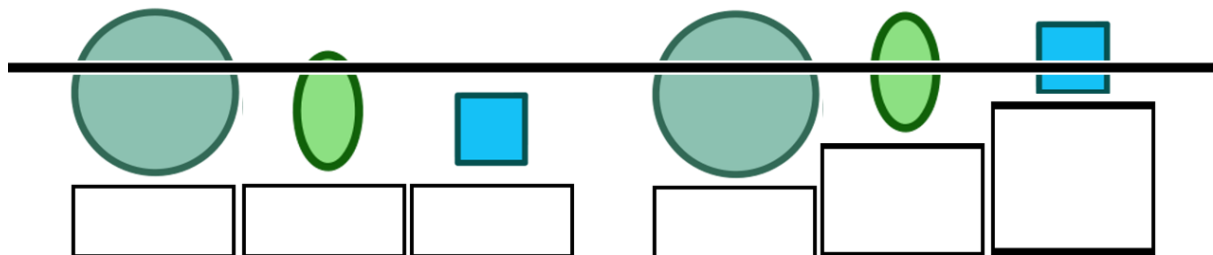
Mangfold



Sangere kommer i mange farger og fasonger. Det illustrerer vi her med sangere som er representert ved ulike geometriske former og farger. Du kan sikkert komme på mange individuelle forskjeller mellom mennesker så som

- kjønn
- alder
- hårfarge
- hudfarge
- språk
- seksuell legning
- ulike funksjonsnivåer

Likestilling og likevekt



Likestilling, hvor alle "får like mye", fører ikke nødvendigvis til at forskjeller forsvinner. Noen sangere trenger bedre tilrettelegging enn andre for at alle skal kunne delta i aktiviteten.

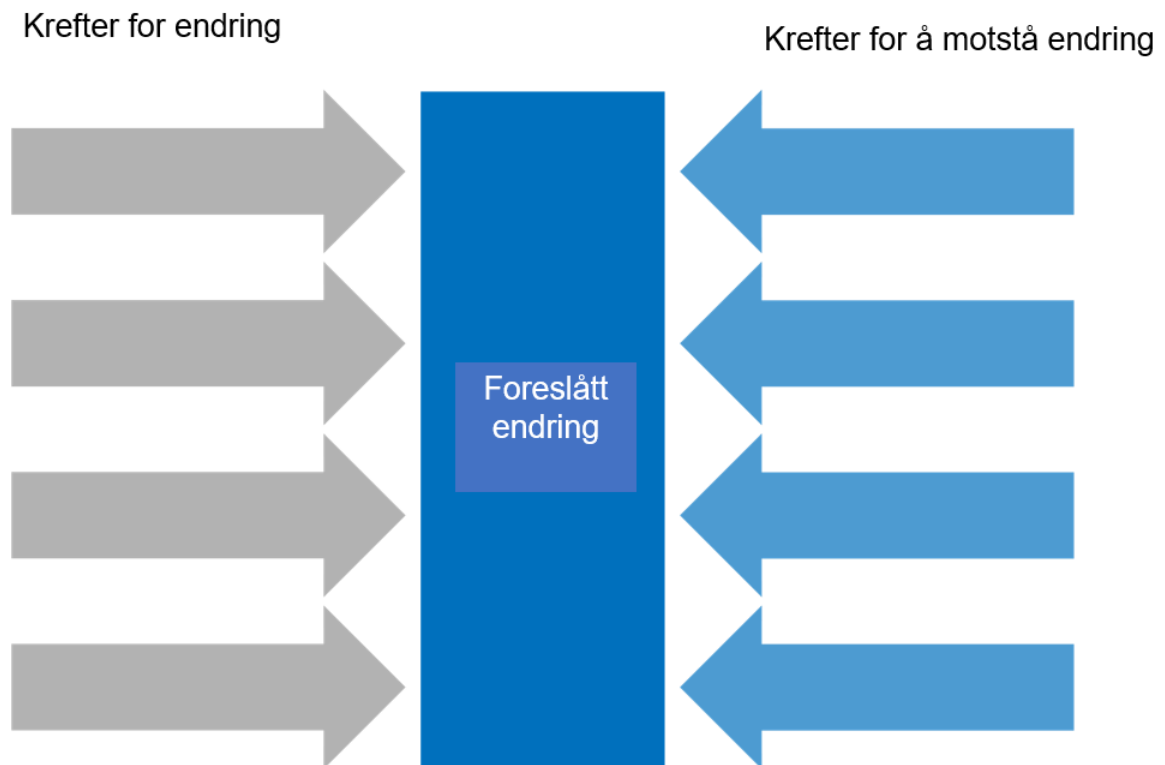
Det illustrerer vi her ved at alle sangerne til venstre i figuren er likestilte ved at de får like mye tilrettelegging. Imidlertid er det ikke alle sangerne som når opp til det nivået hvor de føler seg ivaretatt og likeverdige. Sangerne til høyre i figuren får tilrettelegging tilpasset sitt individuelle behov - og derved kommer hele koret opp til det funksjonsnivået vi ønsker.



Hvis vi ønsker at alle som vil skal kunne synge i koret, trenger vi en klar bevissthet, og også planer for hvordan det skal la seg gjøre. Selv om vi sier at alle er velkommen til koret vårt, kan koret, sett utenfra, virke som en relativt homogen gruppe mennesker.

Å arbeide for god inkludering i koret

- Individene - de menneskene vi arbeider med
- Systemer - korets prosesser
- Ledelse - i koret
- Korets rolle i lokalsamfunnet



Illustrasjonen viser et kraftfelt. Dersom vi skal endre på noe i koret vil det alltid være gode grunner for å gjøre endringen. Samtidig vil det være lett å finne grunner til å unngå endringen. Dersom vi skal klare å få til endringer trenger vi å styrke drivkreftene og svekke motstanden.

Bli bevisst

I alle grupper vil det finnes mennesker som kan kjenne seg fremmed.

Et enkelt eksempel er blandede kor hvor det er en dame som synger tenorstemmen. Språket vi bruker i slike kor kan bety mye. Ved å snakke om “sopraner og alter” i stedet for “damer”, og “tenorer og basser” i stedet for “menn”, kan det kjennes bedre for den kvinnelige tenoren.

Dersom dere har sangere i koret som bekjenner seg til ulike religioner eller trosretninger, bør dere være oppmerksom på religiøse helligdager når dere planlegger konserter og øvelser.

Deltakere med begrensede språkkunnskaper

Språk er en viktig del av det å synge. I kor ønsker vi at sangerne skal ha en forent klang. Vokalplassering og artikulasjon er viktig for klangen i koret. Under korøvelser bruker vi språk både når vi synger sanger (teksten i sangene) men også når dirigenten gir instruksjoner. For sangere som ikke har norsk som sitt morsmål, kan begge deler være utfordrende. Samtidig kan sangere med andre morsmål være en ressurs i koret.

For sangere som har norsk som morsmål kan det ofte være vanskelig å unngå aspirasjon etter initiale lukkelyder, for eksempel. Dette kan kanskje sangere med andre morsmål hjelpe oss med.

[Sing Me In](#) er et europeisk prosjekt som blant annet utviklet håndbøker for å integrere unge migranter i eksisterende kor. Du kan lese den norske versjonen av håndboka [ved å klikke her](#).

Sett en sang på repertoaret hvor teksten er på sangerens morsmål. Utnytt den språklige kompetansen til sangeren. Det er lett å finne sanger på ulike europeiske språk, ellers kan du lese repertoarguiden fra Sing Me In [ved å klikke her](#) (engelsk).

Repertoarguiden fra Sing Me In inneholder også en rekke eksempler på praktisk bruk av repertoaret, og har henvisninger til en rekke kilder for repertoar, blant annet prosjektet [SMIA](#) som ble gjennomført av Musikkens Studieforbund her i Norge.

Deltakere med bevegelseshemminger

Å tilrettelegge for deltakere med bevegelseshemminger dreier seg først og fremst om tilgjengelighet i lokalene der dere synger. Her er det ofte praktiske detaljer som avgjør grad av tilgjengelighet. For eksempel

- Er det lett å åpne døren til øvingslokalet?
- Er det adkomst uten nivåforskjeller?
- Er det et handicaptoalett tilgjengelig?
- Er dører brede nok til at en stor rullestol kan komme inn?
- Er korridorer brede nok til at en rullestol kan vende?

Organisasjonen [Norske konsertarrangører](#) har en sjekklister for tilgjengelighet på konserter og festivaler. Denne sjekklister kan du finne [ved å klikke her](#).

Deltakere med nedsatt synsevne

Det finnes mange gode hjelpemidler for blinde mennesker. Skjermlesere kan oversette informasjon til syntetisk tale eller til punktskrift på en såkalt leselist. Du kan lese mer om skjermlesere [ved å klikke her](#).

[Norges Blindforbund](#) har god informasjon om tilrettelegging for svaksynte og blinde. Du finner mange tips [ved å klikke her](#).

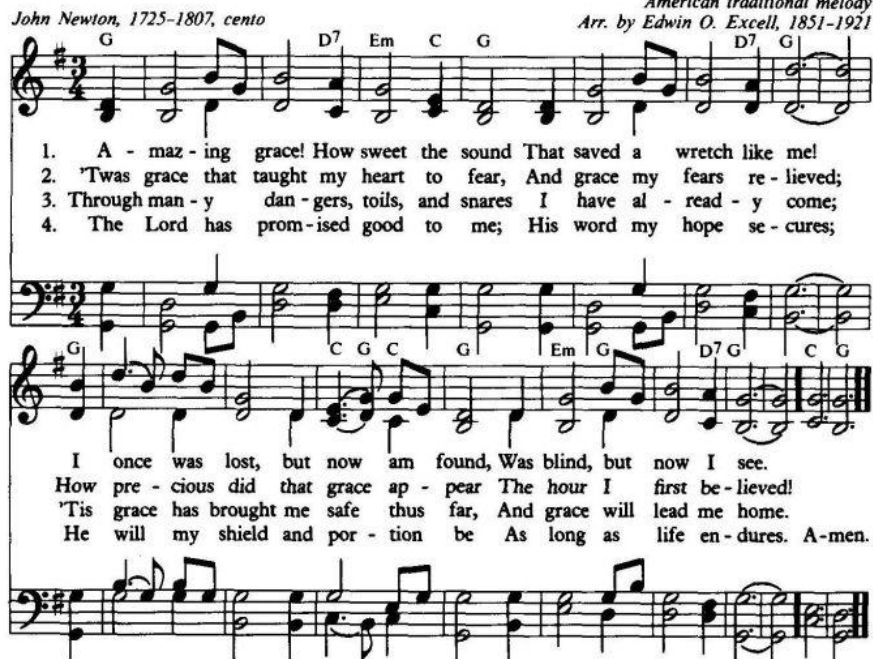
Gjennom prosjektet "Lettteste noter", har Norsk sangerforum gjennomført digitalisering av flere tusen noter, og har publisert en e-bok (gratis) hvor du kan være å bruke notasjonsprogrammet MuseScore (også gratis) for å tilpasse notebildet til den individuelle sanger. Et tilpasset notebilde betyr ikke bare å gjøre notene større, men også detaljer som størrelse på punker, skrifttype, plassering av tekst i forhold til notene, eventuell bruk av farger og så videre.

Du kan lese e-boken med veiledning til å lage lettteste noter [ved å klikke her](#). Og du kan laste ned programmet MuseScore [ved å klikke her](#).

Amazing Grace! How Sweet the Sound 375

*Amazing Grace C. M.
American traditional melody
Arr. by Edwin O. Excell, 1851-1921*

John Newton, 1725-1807, cento



1. A - maz - ing grace! How sweet the sound That saved a wretch like me!
2. 'Twas grace that taught my heart to fear, And grace my fears re - lieved;
3. Through man - y dan - gers, toils, and snares I have al - read - y come;
4. The Lord has prom - ised good to me; His word my hope se - cures;

I once was lost, but now am found, Was blind, but now I see.
How pre - cious did that grace ap - pear The hour I first be - lieved!
'Tis grace has brought me safe thus far, And grace will lead me home.
He will my shield and por - tion be As long as life en - dures. A-men.

363

Noten som er vist i denne illustrasjonen kan være utfordrende å lese for svaksynte sangere.

The image shows a musical score for four voices: Soprano, Alto, Tenor, and Bass. The music is in G major (one sharp) and 3/4 time. The lyrics are: "A - maz - ing_ grace! How sweet the". The Soprano part has a melodic line with a long note on "ing_". The Alto part has a simpler line. The Tenor part has a line starting with an octave sign (8). The Bass part has a line with a long note on "ing_".

Her er noen takter av den samme noten i et format som er lettere å lese.

Hvis du ønsker å lage lettleste noter som er tilpasset synet til individuelle sangere, kan du ta kontakt med Norsk sangerforum for å få hjelp og råd.

Tilgjengelighet

Selv om vi alle kan være enig om at korøvelser og konserter skal være tilgjengelig for alle, er veien fra ord til handling ikke alltid like enkel.

Det er fornuftig å tildele ansvar (og myndighet) for tilgjengelighet til en enkelt koordinator, enten et styremedlem i koret eller et annet medlem av koret. Tilgjengelighetskoordinatoren bør involveres i alt planarbeid, slik at det etterhvert sprer seg en bevissthet i hele organisasjonen (koret).

Kororganisasjoner i hele Europa har de siste årene fokusert på arbeid med tilgjengelighet. En presentasjon om tilgjengelighet som er laget av European Choral Association (på engelsk) kan du se [ved å klikke her](#).