

# Körsång påverkar – Red Gunnel Fagius, Lena Ekman Frisk



## Körsång påverkar

Red Gunnel Fagius, Lena Ekman Frisk

Wessmans förlag

Varför är körsång bra? På den frågan svarar sex forskare inom olika vetenskapliga områden.

Hundratusentals sjunger i kör i Sverige och för alla oss är det självklart både bra och roligt. Körsång gör livet värt att leva, skriver redaktörerna själva i sitt förord.

**Dorota Lindström**, forskare i musikpedagogik, berättar om en kanadensisk studie om en grupp hemlösa som började sjunga i kör. Efter några år hade de flesta bostad, heltids- eller deltidsjobb och en del hade återskapat brustna familjerelationer.

Själv har hon skrivit en avhandling med titeln *Sjung, sjung för livet*. En studie av 18 olika körer visar att körsång är utvecklande, glädjefylld och hälsosam. Både fysiska och psykiska förbättringar fanns t ex hos kvinnor som deltog i en rehabiliteringskör. De blev kanske inte friska, men de lärde sig leva igen, menar hon.

**Fredrik Ullén**, som undersökt tidig musikträning och hjärnans utveckling hos barn, konstaterar att musikalisk träning

stimulerar hjärnan. Och stressforskaren **Töres Theorell** har i sin forskning visat att körsångares hormoner och andra ämnen påverkas positivt. Han har själv sjungit i kör i 50 år och skriver att gruppsång tycks ha en ovanligt stark effekt på känslan av samhörighet.

En bra bok för alla som vill ha extra argument för sin sång.

/KM

Länk till [Wessmans förlag](#) (där du kan köpa boken).