



**LUNDS UNIVERSITET**  
Musikhögskolan i Malmö

EXAMENSARBETE 15hp

Vårterminen 2017

Läroarbete i musik

Agnes Nordlander

## **”Det sjunger inom mig”**

En kvalitativ studie om hur körsång påverkar körsångarna

Handledare: Eva Sæther



# Sammanfattning

Titel: ”Det sjunger inom mig” – En kvalitativ studie om hur körsång påverkar körsångarna.

Den här studien handlar om körsång och dess potentiella påverkan på människor. Syftet är att ta reda på om – och hur – körsångarna i Sinnesrokören upplever att körsången påverkar dem och vilka faktorer det är som gör att de i sådana fall påverkas. Körledarens drivkrafter och mål och hur dessa visar sig i praktiken undersöks också. Studien har en kvalitativ ansats och metoderna som använts är intervju och observation.

Analysen av datan visar att körsången har en positiv påverkan på körsångarna på så sätt att den ger upplevelser av bland annat glädje, gemenskap och sinnesro. Kören kan också fungera stärkande på olika sätt, den kan till exempel vara ett uttrycksmedel och en ventil för känslor. Det fanns i resultatet tydliga kopplingar mellan körledarens drivkrafter och mål och körsångarnas upplevelser av hur körsången påverkar dem. En slutsats är därför att körledarens ingång och intentioner potentiellt har en stor inverkan på hur körsångarna upplever att körsången påverkar dem. Användandet av kroppen i körsången och körens och körmedlemmarnas bakgrund har också visat sig vara viktiga faktorer.

Nyckelord: Kör, körsång, körledning, musik, musik och identitet, musikpedagogik, musik och hälsa, musik som redskap för förändring, sinnesro.

# Abstract

Title: "It sings within me" – A qualitative study about how singing in a choir influences the choir members.

This study is about choir singing and its potential influence on people. The purpose is to find out if – and how – the singers in the Serenitychoir experience that the choir singing affects them, and what factors matter when it comes to forming the experience. The choir conductor's intentions and goals and how are transformed into practice are also investigated. The study has a qualitative approach and the methods used are interview and observation.

The analysis of the data shows that the choir singing has a positive influence on the choir singers in such a way that it gives experiences of joy, community and peace of mind. The choir can have a reinforcing effect in different ways, for example, it can be a medium for expression and an outlet for emotions. In the result, there were clear links between the choir conductor's aims and beliefs concerning the choir, and the choir singers' experiences of how the singing affects them. One conclusion is therefore that the choir leader's intentions and goals potentially have a major impact on how the choir singing is perceived. The use of the body in the choir singing and the choir's background has also proved to be important factors.

Keywords: Choir, choir singing, choir conducting, music, music and identity, music pedagogy, music and health, music as a tool for change, serenity.



# Förord

Inledningsvis vill jag rikta ett stort tack till körsångarna och körledaren i Sinnesrokören. Tusen tack för er generositet och öppenhet, det har verkligen hjälpt mig i mitt arbete och gjort att det känts roligt, intressant och meningsfullt. Ni har lärt mig massor och gett mig inspiration och nya perspektiv, TACK!

Jag vill också tacka min handledare Eva Sæther för all fantastisk hjälp, uppmuntran och stöd. Tack även till Anna Houmann som också bollat, ställt härliga, kluriga frågor och hjälpt mig genom hela arbetet.

Slutligen vill jag tacka Simon, Anna, Klara och Hanna och alla andra fantastiska nära och kära som gått bredvid mig genom hela processen och hejat, pushat och trott på mig. Utan er hade det inte gått!



<b>1. Inledning</b> .....	<b>11</b>
<b>2. Syfte och forskningsfrågor</b> .....	<b>13</b>
<b>3. Tidigare forskning</b> .....	<b>14</b>
<b>3.1 Musik, körsång och identitet</b> .....	<b>14</b>
<b>3.2 Körsång och hälsa</b> .....	<b>18</b>
<b>3.3 Musik som redskap för förändring</b> .....	<b>20</b>
<b>3.4 Ledarskap</b> .....	<b>22</b>
<b>3.5 Begreppsförklaringar</b> .....	<b>24</b>
3.5.1 AA, NA OCH TOLVSTEGSPROGRAMMET .....	24
3.5.2 SINNESRO .....	24
3.5.3 SINNESROMÄSSAN.....	24
3.5.4. SINNESROBÖNEN.....	25
3.5.5 DIAKONI.....	25
<b>4. Metod</b> .....	<b>26</b>
<b>4.1 Metodologiska överväganden</b> .....	<b>26</b>
<b>4.2 Metoder för datainsamling</b> .....	<b>28</b>
4.2.1 DELTAGANDE OBSERVATION.....	28
4.2.2 FÖR- OCH NACKDELAR MED OBSERVATION.....	30
4.2.3 KVALITATIV INTERVJU .....	30
4.2.4 FÖR- OCH NACKDELAR MED INTERVJU .....	31
<b>4.3 Urval och datainsamling</b> .....	<b>32</b>
4.3.1 INTERVJU.....	32
4.3.2 TRANSKRIBERING .....	33
4.3.3 OBSERVATION.....	33
<b>4.4 Analys</b> .....	<b>34</b>
4.4.1 ANALYS AV INTERVJUERNA.....	34
4.4.2 ANALYS AV OBSERVATIONSANTECKNINGAR.....	35
<b>4.5 Informanter</b> .....	<b>35</b>
4.5.1 KÖREN .....	35
4.5.2 KÖRINFORMANTERNA.....	35
4.5.3 KÖRLEDAREN.....	36



<b>4.6 Giltighet och tillförlitlighet .....</b>	<b>36</b>
<b>4.7 Etiska överväganden .....</b>	<b>37</b>
<b>5. Resultat .....</b>	<b>40</b>
<b>5.1 Resultat av intervjuer .....</b>	<b>40</b>
5.1.1 GLÄDJE.....	40
5.1.2 ATT VARA TILLSAMMANS.....	41
5.1.3 SINNESRO .....	41
5.1.4 ANDLIGHET.....	43
5.1.5 SJÄLVKÄNSLA.....	44
5.1.6 MUSIKALISK UTVECKLING .....	45
5.1.7 SÅNGEN SOM EMOTIONELL VENTIL.....	45
5.1.8 ÖVERGRIPANDE - VÄLMÅENDE .....	46
<b>5.2 Resultat av observation.....</b>	<b>47</b>
5.2.1 GLÄDJE.....	47
5.2.2 KONCENTRATION OCH FOKUS .....	48
5.2.3 ÖPPET OCH TILLÅTANDE KLIMAT.....	48
5.2.4 LYSSNANDE .....	49
5.2.5 NÄRVARO .....	49
5.2.6 GEMENSKAP .....	49
5.2.7 MUSIKALISKT RESULTAT .....	49
<b>5.3 Resultat av intervjuer .....</b>	<b>50</b>
5.3.1 KÖRSÅNGENS SJÄLAVÅRDANDE PERSPEKTIV.....	50
5.3.2 KÖRLEDARENS SYN PÅ DET EGNA LEDARSKAPET .....	51
5.3.3 KÖRLEDARENS SYN PÅ KÖRSÅNGARNA.....	52
5.3.4 KÖREN SOM EN MÖTESPLATS .....	53
5.3.5 KÖREN SOM STÄRKANDE .....	55
5.3.6 EN ÖPPEN, TILLÅTANDE KÖR .....	56
5.3.7 SÅNGEN SOM EN HELHET .....	56
5.3.8 KÖREN SOM EN FRISTAD .....	57
5.3.9 KÖRSÅNGEN SOM EN VENTIL.....	57
<b>5.4 Resultat av observation.....</b>	<b>57</b>
5.4.1 DET MUSIKALISKA LEDARSKAPET .....	57

5.4.2 KÖRLEDAREN .....	59
5.4.3 KÖRLEDARENS KOMMUNIKATION .....	59
5.4.4 FEEDBACK OCH UPPMUNTRAN .....	61
<b>5.5 Resultat av intervju .....</b>	<b>62</b>
5.5.1 LEDARSKAPET .....	62
5.5.2 KÖRENS BAKGRUND .....	63
5.5.3 KÖRSÅNGEN SOM EN HELHET – KROPPSLIG ASPEKT .....	64
<b>5.6 Resultat av observation .....</b>	<b>65</b>
5.6.1 KÖRSÅNGEN SOM EN HELHET – KROPPSLIG ASPEKT .....	65
<b>5.7 Sammanfattning .....</b>	<b>66</b>
<b>6. Resultatdiskussion och slutsats.....</b>	<b>68</b>
6.1 Hur körsången påverkar .....	68
6.2 Vad är det som gör att körsången påverkar? .....	70
6.3 Slutsats.....	77
<b>7. Vidare forskning .....</b>	<b>79</b>
<b>8. Referenser.....</b>	<b>80</b>

# 1. Inledning

Att hålla på med musik, och då framförallt sång och körsång har gett mig mycket mer än bara musikaliska kunskaper. Att sjunga har alltid varit en källa till glädje för mig, men det har också gjort att jag fått utlopp för känslor och tankar som varit svåra att hantera och som jag upplevt att det inte funnits plats för någon annanstans. För mig har sången alltså blivit en sorts ventil för att uttrycka känslor och ett sätt att kunna processa saker som jag är med om. Framförallt som tonåring var detta en livlina för mig, och sången och musiken blev helt avgörande för att jag klarade mig igenom tunga perioder. För mig är det också sant att mitt musikutövandet hjälpt mig att bli den jag är och det varit viktigt i min process för att förstå mitt egenvärde. Det här är en viktig del i att jag valt att utbilda mig till musklärare, jag hoppas att de musikaliska sammanhang som jag kommer att leda i framtiden ska kunna ha positiva effekter i andras liv.

Ingen musklärare eller körledare har talat om för mig att musik kan "användas" på det här sättet och inget av de musikaliska sammanhang som jag varit en del av har varit musikterapi eller haft några terapeutiska syften. Ändå har sången bidragit till livsförbättring, identitetsbyggande och läkande för mig. Jag har pratat med personer runt mig som har liknande erfarenheter, men jag vill ta reda på mer om vad musik och sång betyder för människor och hur de upplever att det påverkar deras liv. Vilken effekt kan musikutövande ha för deltagarna? Kan musik rent av vara ett redskap för social förändring? Ett redskap som vi i så fall borde ta till vara i ännu större utsträckning genom att satsa mer på musik i kontexter där det finns ett extra stort behov av positiva effekter och livsförbättring?

För att avgränsa arbetet har jag valt att undersöka hur deltagarna i en kör ser på sitt musicerande och vad kören och körsången betyder för dem. Jag har valt just kör för att det är ett musikaliskt och ett socialt sammanhang med sången i fokus. Jag ville ha sång som instrument i undersökningen dels för att det är mitt huvudinstrument och för att jag upplevt att text kan vara en av många saker som möjliggör att musicerandet berör och blir relevant för utövaren.

Att som musklärare veta mer om hur den musikverksamhet som bedrivs i och utanför skolan kan påverka eleverna tror jag kan vara viktigt på flera sätt. Det skulle kanske kunna bidra till ökad motivation i yrkesrollen och ökad noggrannhet i arbetet. Det kan förhoppningsvis också

vara till hjälp för musiklärare i situationer där de behöver motivera varför musikämnet är viktigt; i möte med ledning, eller vid ansökan om medel till projekt.

## 2. Syfte och forskningsfrågor

Undersökningens syfte är att ta reda på om - och hur - medlemmarna i en kör upplever att körsången påverkar dem. Studien vill också undersöka körledarens drivkrafter och mål samt ta reda på vilka faktorer som påverkar kördeltagarnas upplevelse av kören och dess betydelse.

Studiens forskningsfrågor är:

- Hur upplever körmedlemmarna i Sinnesrokören att kören och körsången påverkar dem?
- Vilka är körledarens drivkrafter och mål och hur uttrycks dessa i körledarpraktiken?
- Vilka faktorer spelar roll för hur körmedlemmarna upplever att kören påverkar dem?

## 3. Tidigare forskning

I kapitlet presenteras tidigare forskning kring hur musik och körsång påverkar människor på olika plan samt forskning om ledarskap. Litteraturen om ledarskap har relevans för körledarens arbete. Avsnitt 3.1 utgår från en syn på musik som en del i identitetsskapande och de olika aspekterna av det. I 3.2 kommer sedan en del om körsång och hälsa och 3.3 handlar om musik som redskap för förändring. 3.4 har rubriken ledarskap och sist i kapitlet kommer begreppsförklaringar.

### 3.1 Musik, körsång och identitet

Ruud (1997) beskriver identitet som något som är föränderligt och som vi skapar under hela livet. Vi skapar identiteten genom att sätta samman en självbild utifrån starka upplevelser och minnen som berört oss. ”Ved å velge blant disse minnene, og ved å sette dem sammen på nytt, skapar vi oss et bilde av oss selv hvor vi føler sammenheng, kontinuitet og mening i livsforløpet” (Ruud, 1997, s.10). Här beskrivs identiteten som meningsskapande. Byggandet av en identitet inleds i tidig barndom när vi börjar få en uppfattning om oss själva och vår kropp och kan börja agera medvetet. Ruud tar upp vissa teman som viktiga i skapandet av självbilden; äkthet, tillhörighet till plats och tid, känslan av att styra sitt eget liv, trosuppfattning, relationen till andra människor och självkänsla är några av dessa (Ruud, 1997). Han nämner även social klass, kön och ålder, men det inre är det väsentliga i hans syn på identitetsbegreppet, den egna självbilden och det vi tycker är konstant i den, samt hur vi skiljer oss från andra (Ruud, 1997).

Ruud (1997) menar att upplevelser av musik är en del i vårt skapande av en identitet. Han säger vidare att de ovan nämnda faktorerna som är beståndsdelar i identiteten ligger till grund även för hur vi minns våra musikaliska upplevelser (Ruud, 1997). Just upplevelser av musik och inte musik i sig är det som Ruud (1997) menar bidrar till identitetsskapandet, och han säger också att helt olika sorters musik kan fylla samma funktion i skapandet av identiteten. Musik främjar enligt Ruud (1997) vårt skapande av minnen och han kopplar detta till musikens förmåga att väcka starka känslor. Han har i sin forskning samlat in människors berättelser om musikupplevelser och menar att vi framställer oss själva på ett speciellt sätt när vi berättar om vårt liv med musik som utgångspunkt:

Men fortell mig historiene dine om musikk, så skal det bli tydeligere hvor du kommer fra og hører til, hva du beveger deg i retning av og holder for viktig her i livet. Og når vi

gripes av musikk, slik att vi kjenner det i kroppen, og følelsene forteller oss at detta er virkelig eller ekte, svinger kanskje alla disse små fortellingene med. Eller de smelter sammen i en større fortelling om oss selv som vi tror på, ikke som konstruksjon, men som levd og kroppsliggjort erfaring. (Ruud, 1997, s.11)

Alla människor har enligt Ruud (1997) en musikalisk biografi, inte bara de som sysslar aktivt med musik. I citatet ovan beskrivs den kroppsliga aspekten av musikaliska upplevelser som central för hur musiken påverkar oss. Att musik har förmågan att vara en kroppslig upplevelse säger Ruud också är en del i att musik är viktigt när vi skapar minnen, han uttrycker det som att ”musikkopplevelsene tar bolig i kroppen vår” och ”følger oss livet igjennom” (Ruud, 1997, s.10). Att musiken gör att det vi är med om förkroppsligas hos oss och känns verkligt bidrar också till ett större meningsskapande för att den gör att ”verden ikke framstår tilfeldig og uten hensikt for oss” (Ruud, 1997, s.57).

Merleau-Ponty (1989) menar att världen upplevs genom kroppen. Han har en helhetssyn på människan där kroppen kan ses som ett verktyg som gör att vi får tillgång till – och kan delta i världen. Att människan tar åt sig världen genom kroppsliga handlingar gör att vi får levda erfarenheter som lagras i kroppen, och när kroppen förändras blir även världen annorlunda. Att kroppen är vårt verktyg när vi upplever gör också att vår världsbild blir personlig (Merleau-Pontys 1989).

Enligt Ruud kan musik också (1997, s.57) ”fargelegge øyeblikk og hendelser i livet med følelser” och ge närvaro och kraft åt händelser så att de blir betydelsefulla för oss. Han beskriver detta med hjälp av hänvisningar till socialantropologisk forskning som ”affektive tilstedeværelsen” (känslomässig närvaro på svenska) (Ruud, 1997, s.57).

Ruud (1997) formulerar också att musik kan användas för att ”beskrive, oversette og tydeliggjøre” (s.81) våra känslor. Att använda musik till att spegla känslor vi har inom oss och ge utlopp för dem genom att uttrycka oss genom musiken menar Ruud kan hjälpa vissa att hantera svårigheter i livet. Musiken får då en slags terapeutisk funktion och han beskriver musiken i den kontexten som ett ”personlig uttrykksmiddel, et språk som formulerer eller artikulerer følelsene” (s. 87). Att lyssna på musik som vi upplever uttrycker det som vi själva känner och låta den få fungera som ett ventil åt oss och ”rensa oss” från känslor som tynger oss (s. 88) är också något som musik kan användas till enligt Ruud (1997). När vi är med om en musikupplevelse som är betydelsefull för oss är det enligt Ruud inte säkert att vi ser på det

som händer som viktigt i stunden, utan att vi det är när vi i efterhand minns händelsen som vi ger den mening:

Musikken som betyr noe for oss, bærer i seg minner fra en historie, en liten fortelling fra en episode i livet vårt. Ved å sette disse episodene sammen har vi spunnet en tråd som binder sentrale sider av vårt selvbilde og vår identitet til en sammenhengende fortelling. (Ruud, 1997, s.59)

I citatet beskriver Ruud (1997) musikens roll i identitetsskapandet som historiebärande. Ruud (1997) har i sin forskning funnit att musik spelar en viktig roll i vårt samhälle för att den kan förändra människors synsätt på just samhället och göra så att de formar sin självbild efter vad de varit med om.

Ruud (1997) hänvisar till sociologen Martin Stokes (1994) syn på hur musik skapar social tillhörighet. Stokes menar att musikaliska upplevelser på ett enkelt och starkt sätt ger skapar ”kollektiva minnen” (Ruud, 1997, s. 106) och ger en känsla av tillhörighet på ett annat sätt än andra sociala aktiviteter. Att den musikaliska aktiviteten håller hög kvalitet menar han dock är en förutsättning för att det ska bli så (Stokes, 1994 i Ruud, 1997). Även Ruud (1997) själv säger att musicerande tillsammans med andra ger upplevelser av stark gemenskap och tar specifikt upp kören och körsångens möjligheter för att exemplifiera detta. Han beskriver att gemenskapen i en kör till och med kan höras för att körsångarnas olika röster tillsammans bildar en klang. Individerna i kören får vara en del av en större helhet och samtidigt uttrycka sig genom den egna rösten, det individuella bidraget spelar en viktig roll trots att gruppen är det som är i fokus. ”Slik blir koret en symbolsk opplevelse av et fellesskap hvor alle følger sin individuelle røst, sine følelser, samtidig som de formidler en felles opplevelser og felles verdier” (Ruud, 1997, s. 141). Här beskriver Ruud kören som en möjlighet för körsångarna att både få uttrycka egna känslor och vara en del av en grupp som tillsammans förmedlar något.

Samhörighet där vi får uppleva att vi får gensvar från andra människor beskriver Ruud (1997) som en ”vi-følelse” (s.141) som inte främst handlar identitetsskapande, utan snarare fördjupar och berikar våra liv. Känslan av ett vi menar han infinner sig i en gemenskap där vi får delta och kan vara oss själva och möta andra som också är det. Det musikaliska samspelet beskriver Ruud som en gemenskap som är speciell för musik, och som ger en möjlighet till en synkroniserad upplevelse av musik och tid. Den sortens upplevelse som man kan få av att delta aktivt i ett musikaliskt samspel och gunga med säger Ruud är musikens kärna och kan enligt honom därför aldrig ersättas av att endast lyssna på musik (Ruud, 1997).



Ruud (1997) tar upp att musik kan ge ”høydpunktoplevelser” (s.178). Uttrycket höjdpunktoplevelse kommer från Maslow och innebär stunder av stark tillfredställelse och glädje. Maslow beskrev höjdpunktoplevelser som stunder då vi är oss själva fullt och kan uttrycka vår identitet (Maslow, 1970 i Ruud, 1997). Ruud (1997) presenterar Gabrielsson och Lindströms (1994) syn på den här typen av upplevelser i en musikalisk kontext. De beskriver att det karaktäristiska är att upplevelserna förknippas med starka känslor och fysiska reaktioner, och att de beskrivs med stora ord av de som varit med om dem. De har funnit att dessa starka upplevelser av musik kan väcka även negativa känslor som ångest, rädsla och sorg, och har därför i sin forskning valt att kalla dem för just *starka musikoplevelser* istället för höjdpunktoplevelser. Dessa beskrivs dock främst som något som ger positiva effekter, allt ifrån ”svakere følelser av behag til sterke euforiske følelser” (Gabrielsson & Lindström, 1994 i Ruud, 1997 s.180). Glädje menar de är den allra vanligaste beskrivningen av de starka musikoplevelserna, men även harmoni och lugn, trygghet och kärlek är positiva känslor som beskriver dem. En annan reaktion på intensiva musikoplevelser är total koncentration, att gå helt upp i musiken och uppleva att man är ett med den. De säger också att upplevelser av den här typen kan bidra till personlig utveckling och ha en läkande och terapeutisk effekt för att de kan ”gi en følelse av å få ny innsikt og nye muligheter” (Gabrielsson & Lindström, 1994 i Ruud, 1997, s.180). När informanterna i Ruuds (1997) forskning beskriver sina starka upplevelser av musik skildrar de reaktioner som involverar hela kroppen och även Ruud har funnit att händelserna kan väcka båda positiva och negativa känslor. Gabrielsson och Lindström har även i sin forskning kunnat visa på att upplevelser av musik stärker självförtroendet, ger en ökad känsla av gemenskap med andra människor, samt stärker identiteten (Gabrielsson & Lindström, 1994 i Ruud, 1997).

I mötet med musik kan vi uppleva en annan dimension, något bortom oss själva, något *oförklarligt*. Det kan för vissa innebära religiösa eller andliga upplevelser och för andra handla om att uppleva mening eller värden som handlar om det mänskliga, naturen, eller en koppling till något större (Ruud, 1997). Upplevelserna kan vara på olika nivåer, de kan bekräfta en redan befintlig gudstro, vara tydliga och religiösa uppenbarelser som är starka och lever kvar hos personen, eller en känsla av ”noe mer” som kan lyfta en person ”ut av den hverdagslige kontekst”(s.186). Ruud har funnit att musiken för vissa blir ett sätt att möta gud på ett direkt sätt, och att musiken då blir så viktig för den religiösa upplevelsen att de blir sammanlänkade och svåra att skilja åt. Musiken kan enligt Ruud också vara det som gör att en

person vågar söka upplevelser av något större, den får då en frigörande funktion (Ruud, 1997). Även Lindströms (2009) studie om körsång kopplat till upplevelser av hälsa och livskvalitet har visat att kören kan ge andliga upplevelser (Lindström, 2009).

Lilliestam (2009) beskriver att upplevelser av musik kan vara mycket känslomässiga och omskakande och att de gärna kopplas till något övernaturligt eller andligt. En orsak till detta säger Lilliestam (2009) är att just musikens förmåga att väcka starka känslor kan göra det svårt att formulera sig kring upplevelser av musik och förstå den stora påverkan. Han menar att det kan göra att upplevelserna kopplas till sådant som inte går att förklara och inte får mer jordnära förklaringar. En annan anledning är musikens förankring i nuet, ”den klingar och är sedan borta” (s. 36), Lilliestam säger att det gör musik till något som är svårt att få ett grepp om och ringa in (Lilliestam, 2009).

Gabrielsson och Lindström (1994) formulerar också att de starka musikupplevelserna kan kopplas till upplevelser på ett icke-världsligt plan. Det kan handla om upplevelser av religiös karaktär, av att känna sig utanför sin kropp eller av att känna sig hel (Gabrielsson & Lindström, 1994 i Ruud, 1997).

## **3.2 Körsång och hälsa**

Lindström (2006) har funnit att körsång kan bidra till ökad livskvalitet och ha positiva effekter på medlemmarnas hälsa och känsla av välbefinnande och att de positiva effekterna kan vara både fysiska och psykiska. Den studie som Lindström (2009) gjort visar att deltagandet i kör inte bara innebär en sånglig utveckling för deltagarna, utan att det också leder till en personlig utveckling hos många körsångare.

Körsången kan enligt Lindström (2006) bidra till att stärka individen på ett sätt som direkt eller indirekt avspeglar sig på hela dennes liv och på så vis potentiellt ökar livskvaliteten. Lindströms (2009) studie omfattar flera olika körer, men hade som främsta fokus en kör med rehabiliteringssyfte där medlemmarna var långtidssjukskrivna. Studien visade att kören för många av de långtidssjukskrivna informanterna blev ett steg framåt i processen att ta sig tillbaka till livet igen, flera av dem uttryckte körsången fick dem att känna sig levande och att den gav energi. Ett annat resultat var dock att några av de långtidssjukskrivna slutade i kören för att de upplevde att körsången var på en för avancerad nivå, och för att de inte ville delta vid konserter. För vissa av dem innebar upplevelsen av kören på grund av detta negativa

känslor. Glädje, en paus ifrån stress och fysiska krämpor, gemenskap, och ett ökat självförtroende är, förutom de som nämnts tidigare, positiva effekter av körsången som Lindström (2009) kunnat visa på. I studien presenteras att de positiva effekterna av körsången fanns kvar även efter körrepetitionerna (Lindström, 2009). Av samtliga deltagare i studien (346 personer) uppgav 94 % att de mådde bra efter körrepetitionerna, de resterande uppgav att de mådde varken bra eller dåligt. Lindström har även jämfört hur körmedlemmarna uppgett att de mått innan, under och efter körövningarna, och resultatet visar att välmåendet ökade betydligt under och efter körsången i jämförelse med innan. Lindström (2009) lyfter fram körledarens roll som mycket viktig när det kommer till att skapa förutsättningar för att ”självkänslan hos koristerna skulle ha möjlighet att byggas upp” (s.102) och menar att det arbetet kräver att den eller de som leder kören bjuder på sig själva och uppmuntrar och inspirerar körsångarna både genom ”verbal och ickeverbal kommunikation” (Lindström, 2006, s. 101).

Lilliestam (2009) tar upp hur kroppen reagerar på att lyssna till – eller utöva musik. Att kroppens kemiska processer påverkas, att vårt immunförsvar aktiveras, att vi får mer endorfiner och att blodtryck- och andningsfrekvens går upp, samt att personer ofta börjar röra sig till musik är exempel som han tar upp. Lilliestam (2009) presenterar också forskning utförd av forskare från Karolinska institutet, Tekniska högskolan i Stockholm och Karolinska universitetssjukhuset som visat att körsång både ger upplevt välbefinnande och positiva hälsoeffekter som kan mätas med blodprov. Gemenskapen med andra och glädjen i körsången nämns förutom sjungandet också vara möjliga orsaker till de positiva hälsoeffekterna (Lilliestam, 2009).

Bonde och Ekholm (2015) presenterar en rad forskningsresultat som handlar om hur musik och i synnerhet körsång påverkar hälsan. Den naturvetenskapliga forskningen de uppmärksammar visar att de processer i hjärnan som justerar våra upplevelser av lust, vår motivation, hur vi knyter an socialt och vårt belöningssystem påverkas när vi musicerar på olika sätt eller konsumerar musik genom lyssning. Också de system som påverkar vårt immunförsvar, och vår upplevelse av ångslan och stress berörs och påverkas positivt av musiken (Bonde & Ekholm, 2015). Dessa resultat har kunnat påvisas genom mätning av värden, men även intervjustudier har fått fram resultat som visar att de som musicerar upplever de positiva effekterna av musiken och aktivt använder sig av dem i olika hälsofrämjande syften som till exempel att påverka humöret. I intervjuer har informanter även

tagit upp att musiken bidrar med upplevelser av existentiell och konstnärlig karaktär (Bonde & Ekholm, 2015). Många studier som gjorts de senaste åren har visat på att människor använder musik just som ett medel för att må bättre på olika sätt och få en bättre livskvalitet. Brynjulf Stige som forskar i musikterapi har tagit fram ett begrepp för detta och kallar det för ”helse-musicering” (Bonde & Ekholm, 2015, s.162). Både människors vardagliga användning av musik som livsförbättring och professionella satsningar inom hälsa och musik menar Bonde och Ekholm (2015) ryms inom fältet musik och hälsa. Bonde har tidigare (2011) formulerat att ”helse-musicering” (s.162) har fyra huvudsyften, och att dessa är att hjälpa individen genom professionell användning av musik (exempelvis musikterapi), att genom musik utveckla gemenskap och värderingar, skapande och utveckling av identitet genom musik, samt att skapa och dela musikaliska miljöer (Bonde, 2011 i Bonde & Eklund, 2015).

Forskning specifikt på hälsoeffekterna av kör har visat att körsången kan göra så att körsångarnas hjärtrytm synkroniseras så att deras hjärtan slår samtidigt och lugnare vilket är positivt. Anledningen till att hjärtrytmen blir lugnare menar forskarna i den studien är att det finns en koppling mellan hjärtats rytm och att andas gemensamt och långsamt (Bonde & Eklund, 2015). Just den gemensamma, långsamma andningen i körsång har även andra studier tagit fram som en orsak till den positiva hälsoeffekten som även de funnit att körsång har. Bonde och Eklund (2015) tar upp studier i både Finland, England och Norge som kommit fram till att körsång är bra för hälsan.

Förutom andningen har forskningen fått fram att tillhörigheten till en grupp och känslan av att ha stöd från den, det starka fokus som körsång kräver samt de positiva känslor som körsångarna får av kören är faktorer som gör att körsången är hälsofrämjande. Även en stor studie i Danmark 2013 med ca 14000 vuxna deltagare visar på kopplingar mellan dagligt musicerande och livskvalitet och hälsa även om det i undersökningen var svårt att direkt härleda resultaten endast till musik för att det fanns så många andra variabler med som potentiellt bidrog. Undersökningen visade dock även att deltagarna såg på musik som något som kan vara positivt för hälsan (Bonde & Eklund, 2015).

### **3.3 Musik som redskap för förändring**

Demokratin som styresform har ökat i hela världen bara sedan 80- talet och är idag den dominerande formen. Enligt Fukuyama är människans behov av att uttrycka sig en av anledningarna till detta för att det leder till att vi försöker få till stånd regeringsformer som gör

det möjligt för oss att uttrycka oss fritt och ger oss personlig frihet (Fukuyama, 1992 i Kratus, 2012). Musik beskriver Kratus (2012) som just en hörbar form av mänskligt uttryck som tillsammans med andra konstformer spelar en viktig roll i ett demokratiskt samhälle. Han menar att musik och demokrati stärker varandra för att musik förkroppsligar inkludering, mångfald och förändring som också är kännetecknen för en välmående demokrati. Därför anser Kratus (2012) att alla invånare i ett samhälle ska ha rätt till kvalitativ musikundervisning, först och främst i skolan. Att utveckla en förståelse för – och ett kritiskt tänkande kring olika sorters musik menar han kan gå hand i hand med att lära sig förstå olika och acceptera olika synsätt i en demokrati. Kratus (2012) beskriver vidare musikundervisningens samhällsfunktion som att den skapar förutsättning för människor att kunna använda sig av musik för att uttrycka sig. För att musikundervisning ska kunna fylla de funktioner som gynnar demokratin måste den också i sig genomsyras av, och utgå ifrån demokratiska principer som han sammanfattar som ”inclusion of all members, openness to diversity, and a dynamic process of change” (Kratus, 2012, s.99)

Palmer och Quadros (2012) ser på musik som ett möjligt redskap för att göra världen bättre. För att möjliggöra en fredligare värld menar de att vi måste slå vakt om de mänskliga rättigheterna, och att tillgång till konst är en lika viktig mänsklig rättighet som de som handlar om att ha tillgång till mat och husrum. För att musik ska kunna fungera som ett verktyg för att skapa ett bättre samhälle menar de att den ska vara för alla – och inte är ett privilegium för vissa som anses ha begåvning eller har medel för att kunna utöva musik (Palmer & Quadros, 2012). Alla människor är enligt Palmer och Quadros (2012) musikaliska och konstnärliga av naturen, och de menar att ett viktigt syfte med konsten är att ge en djupare förståelse för livet och en ökad vördnad för mänskligheten och vad människan kan åstadkomma. Palmer och Quadros (2012) lyfter fram musikpedagogens roll som väldigt viktig. De menar att musikpedagogers arbete kan spela stor roll och skapa ringar på vattnet som i slutändan leder till en bättre värld, de uttrycker det till och med som att lärare – och då framförallt inom de konstnärliga ämnen har det ”delvis i sin hand att påskynda skapandet av en bättre värld” (s.53). Musiklärarens – eller pedagogens inställning till musikämnet och dess potential tar Palmer och Quadros (2012) upp som en avgörande förutsättning för att musiken ska kunna vara en samhällsförbättrande kraft och ha en positiv påverkan på eleverna. De menar att det är avgörande att musikpedagogen är medveten om vad musiken kan ha för effekter för att hen ska kunna skapa förutsättningar för att ”extraordinära saker ska kunna hända”, (Palmer & Quadros, 2012, s.63). De formulerar det också som att ”det kräver av oss musiklärare att vi

ser på musik som en tillämpning av social rättvisa och att vi är förändringsagenter” (Palmer & Quadros, 2012, s.54) Musikpedagogens syn på musik och musikens potential att vara ett redskap för förändring är alltså något som Palmer och Quadros (2012) verkligen understryker är viktigt för att musik ska kunna ha en positiv inverkan på individen – och i förlängningen samhället och världen. Palmer och Quadros (2012) menar också att det är viktigt att musikundervisning utgår ifrån de mänskliga rättigheterna. Som ett resultat av en vetenskaplig konferens för musklärare och forskare inom musik och pedagogik 2007 formulerades en kungörelse med syfte att styra musikundervisning i en ny, riktning som skapar förutsättningar för att klara av de utmaningar som samhällets förändringar innebär. I deklARATIONEN formuleras ståndpunkter kring musik och musikens effekter (Palmer & Quadros, 2012). Musiken beskrivs som något som att ”förenar människor inom – och över samhällsgränser” (s.59) och utvecklar de intellektuella, känslomässiga och andliga aspekter av livet. Enligt deklARATIONEN är musik ett kraftfullt uttrycksmedel för människan och en del i individens meningsskapande. Syftet med musikundervisning är enligt tillkännagivandet att bekräfta alla sorters musikskapande och göra så att eleverna kan ta plats i det ”globala, kulturella rummet” (Palmer & Quadros, 2012, s.59)

### **3.4 Ledarskap**

Svedberg (2012) presenterar Kurt Lewins tre ledarskapskategorier som är auktoritärt ledarskap, demokratiskt ledarskap och abdikerat eller passivt ledarskap. En auktoritär ledare styr gruppen på egen hand medan en demokratisk ledare inkluderar gruppens medlemmar i det som görs och beslut som tas, men har bestämda mål för gruppen och sätter normen (Svedberg, 2012). Det demokratiska ledarskapet får som följd att gruppen och dess medlemmar blir självständiga medan de under en auktoritär ledare blir passiva och inte tar några beslut eller initiativ utan ledaren. I en situation där ledaren är passiv kan gruppmedlemmar få rollen som informell ledare och styra gruppen i stället för den egentlige ledaren (Svedberg, 2012). Det som var revolutionerande med Lewins tankar när de presenterades var att han lyfte fram att ledarskapet är avgörande för hur miljön i en grupp blir, vilka mönster gruppen följer och vilka värderingar som blir tongivande. Alltså ”att det finns ett samband mellan ledares handlingar och gruppklimat” (Svedberg, 2012, s.287). Det finns och har funnits forskning som har som syfte att ta reda på vilka karaktärsdrag som kännetecknar en bra ledare. Detta bygger på en tro att vissa personer som besitter specifika egenskaper lämpar sig allra bäst att bli ledare (Svedberg, 2012). Olika sådana här studier har funnit att bland annat social kompetens, intelligens, humor, integritet, förmåga att hålla

ordning och självförtroende är några av dessa egenskaper (Svedberg, 2012). Svedberg (2012) menar att en anledning till att det här synsättet är och har varit vedertaget är att det är lätt för gemene man att relatera till. Vi har alla upplevda exempel att applicera dessa egenskaper på och dra kopplingar till (Svedberg, 2012). Det finns dock forskare som menar att det ovan presenterade sättet att se på vad som utgör en bra ledare inte är tillräckligt vetenskapligt, de menar att den här typen av studier inte kunnat visa att gott ledarskap och vissa personliga egenskaper hör ihop. De menar istället att det är det som en ledare faktiskt gör, handlingarna, som utgör ledarskapet och att det är det som man borde titta på (Svedberg, 2012).

Johansson (2005) betonar ledarens betydelse för en grupp men säger också att det, oavsett hur kompetent man är i sitt ledarskap, inte är möjligt att helt och hållet styra över vad som ska hända i gruppen. Detta menar han beror på att det pågår olika processer samtidigt i en grupp som påverkar varandra och gör så att saker uppstår som står utanför ledarens kontroll. Han säger dock att kontroll över allt som händer i en grupp inte heller är något för en ledare att eftersträva (Johansson, 2005). Ledarens mål och tankar om hur gruppmedlemmarna ska agera har enligt Johansson (2005) en stor påverkan på gruppens kultur och sociala klimat, ledaren är också väldigt viktig för hur gruppen utvecklas. Johansson (2005) har i sitt jobb med mindre ensembler i musik funnit att det är väsentligt att ledaren har en demokratisk ledarstil oavsett gruppens mål och ambitioner, han formulerar att ”ensemblespel med en medveten ledare lär inte bara ut musikaliska färdigheter utan fostrar även till kunskap i lagarbete med andra människor” (Johansson, 2005, s.127). Självkännedom, tolerans, positiv inställning, engagemang, empati, öppenhet samt struktur och flexibilitet är egenskaper som Johansson (2005) anser att en ledare av musikensemble bör sträva efter. Självkännedom menar Johansson (2005) är viktigt för att ledaren ska kunna säkerställa att det inte är de egna behoven eller rädslorna som styr gruppen. En positiv inställning underlättar flera aspekter av jobbet med gruppen under förutsättning att den är genuin från ledarens sida. Vikten av en bra inställning i rollen som förebild är också något som Johansson (2005) understryker. Engagemang menar han att ledaren kan förmedla mycket både genom verbal och ickeverbal kommunikation, och att ledarens beteende blir tongivande för gruppen och påverkar hur medlemmarna i den agerar gentemot varandra. Att ledaren är sig själv och är öppen mot gruppen skapar enligt Johansson (2005) ett tryggt klimat där gruppmedlemmarna ges förutsättning att också våga vara sig själva. Både flexibilitet och struktur krävs enligt honom av ledaren för att gruppens behov ska kunna tillgodoses (Johansson, 2005).

## 3.5 Begreppsförklaringar

I följande avsnitt förklaras begreppen AA, NA och tolvstegsprogrammet, sinnesro, sinnesrobönen samt diakoni för att underlätta läsarens förståelse i den vidare läsningen.

### 3.5.1 AA, NA OCH TOLVSTEGSPROGRAMMET

AA står för Anonyma Alkoholister och är en rörelse som grundades 1935 i USA av Bill Wilson och Robert Smith (NE, u.å). Syftet med AA är att hjälpa människor att bli nyktra från alkoholmissbruk, och för att uppnå det tillämpas ett program i tolv steg som kallas tolvstegsprogrammet. NA står för ”Narcotics Anonymous” och är en gren av AA som också använder tolvstegsprogrammet men mot drogproblematik (NE, u.å). Tolvstegsprogrammet används enligt NE (u.å) inte bara för att hjälpa personer ur alkohol – och narkotikaberoende utan tillämpas även på andra typer av beroenden och destruktiva beteenden. AA, NA och de andra grenarna av rörelsen som jobbar med tolvstegsmetoden gör det på anonyma möten där alla som vill bryta sitt beroende är välkomna. Att mötena är anonyma betyder att de som är där inte får lov att sprida det som sagts eller berätta för andra vilka som varit där (NE, u.å). Vissa av stegen i tolvstegsprogrammet pratar om gud, men AA är inte religiöst. Formuleringen gud står för ”en själslig kraft större än dig själv” (Anonyma alkoholister, 2013). AA-rörelsen finns över hela världen, och i Sverige finns det cirka 425 grupper på olika platser som jobbar enligt tolvstegsprogrammet. Många som gör programmet och blir nyktra fortsätter att gå på möten och gör om programmets steg för att hålla sig kvar i nykterhet (NE, u.å).

### 3.5.2 SINNESRO

Ordet sinnesro finns med i svenska akademins ordlista, men har ingen förklaring där eller i NE. Den definitionen av *sinne* som är relevant för begreppet sinnesro är enligt NE synonymt med psyke eller själ. *Ro* definierar NE (u.å) som ”stämning av lugn och stillhet” (NE, u.å).

### 3.5.3 SINNESROMÄSSAN

Sinnesromässan är en gudstjänst som är enkel i sin form och hålls i svenska kyrkan på olika platser i Sverige. Mässan är uppbyggd med inspiration från tolvstegsprogrammet och har musik, bön och tystnad i centrum (Svenska kyrkan, 2016).



### **3.5.4. SINNESROBÖNEN**

Sinnesrobönen är en bön som är viktig i tolvstegsprogrammet där den bes på mötena. Sinnesrobönen lyder: ”Gud, ge mig sinnesro att acceptera det jag inte kan förändra, mod att förändra det jag kan och förstånd att inse skillnaden” (NE, u.å). Bönen finns också tonsatt och Sinnesrokören avslutar varje körövning med att sjunga den (Observation).

### **3.5.5 DIAKONI**

I resultatkapitlet nämner körledaren musikdiakonala perspektiv. Diakoni är enligt NE (u.å) ”Ett centralt begrepp i den kristna kyrkans historia, i dag vanligen beteckning för kyrkans sociala ansvarstaganden på olika områden” (Brodd, u.å).

## 4. Metod

I kapitlet beskrivs de metodologiska överväganden som ligger till grund för studien. Metodkapitlet innehåller också en redogörelse för hur studien gått till, vilka metoder som använts för datainsamling och hur den insamlade datan analyserats.

### 4.1 Metodologiska överväganden

Det här är en kvalitativ studie med en kunskapsteoretisk ståndpunkt. Till skillnad från en kvantitativ studie har en kvalitativ undersökning deltagarnas perspektiv i fokus (Bryman, 2011). Det innebär alltså att undersökningen är inriktad på ta reda på hur deltagarna upplever saker och vad de tycker är viktigt. I en kvantitativ studie är det istället de frågor som forskaren har och vill ha svar på som är utgångspunkten. ”...tyngden (till skillnad från den naturvetenskapliga modell som tillämpas inom kvantitativ forskning) ligger på en förståelse av den sociala verkligheten på grundval av hur deltagarna i en viss miljö tolkar denna verklighet” (Bryman, 2011, sid 341). Eftersom syftet med den här studien är att ta reda på hur kördeltagarna upplever kören och dess betydelse har valet fallit på kvalitativ ansats som metod.

En annan aspekt som gör kvalitativ metod till ett lämpligt val för den här studien är att den är uppbyggd och utförd så att de slutsatser som dras är baserade på analys av den forskning (datainsamling) som gjorts. Detta kallas för ett induktivt angreppssätt och är vanligt inom kvalitativ forskning. Som regel (i de flesta fall) innebär kvalitativ forskning teorigenerering och inte prövning av teorier som specificerats innan datainsamlingen påbörjades (Bryman, 2011).

En nackdel med valet av kvalitativ metod är att studiens tids – och resursbegränsning gör att antalet informanter blir litet. Detta på grund av att genomförandet av kvalitativa intervjuer, transkribering och analys av den data som samlats in är tidskrävande (Kvale, & Brinkmann 2009, Bryman, 2011). Om undersökningen istället gjorts med till exempel en kvantitativ enkät hade fler personers åsikter kunnat komma fram, och resultatet hade kanske blivit mer generaliserbart (Bryman, 2011).

I kvantitativa undersökningar är forskarna vanligtvis intresserade av att kunna säga något om i vilken utsträckning resultaten kan generaliseras till andra grupper och situationer än dem som varit aktuella i den specifika undersökningen. (Bryman, 2011, s. 168)

Inom den kvantitativa forskningen är det alltså ofta en viktig kvalitetsaspekt att resultatet stämmer på fler än dem som medverkat i en studie, och att ha ett representativt urval är något som forskare med kvantitativ inriktning lägger stor vikt vid (Bryman, 2011). En kritik mot att använda kvantitativa enkäter i undersökningar av sociala fenomen är dock att det inte går att veta om informanterna förstår enkätfrågorna eller tolkar dem på samma sätt. Om man använder sig av en kvantitativ metod går det heller inte att ta reda på om frågorna som ställts är de som är relevanta för respondenterna om man inte först gör en pilotstudie (Bryman, 2011). Kritiker menar också att det faktum att kvantitativa metoder har sin utgångspunkt i forskarens förutbestämda teorier och hypoteser påverkar hur denne ser på saker och ger en alltför statistisk bild av verkligheten (Bryman, 2011). Kritiker mot kvalitativa metoder menar i sin tur att just de små möjligheterna till generalisering av de resultat man fått fram talar mot användandet av metoden. Även svårigheterna i att göra om en undersökning flera gånger för att få ett säkrare resultat, samt risken för alltför stor subjektivitet och påverkan från forskaren är kritik som riktas mot användandet av kvalitativa metoder (Bryman, 2011).

Inom kvalitativ forskning finns det dock andra tankar än de inom den kvantitativa fältet kring vilka kriterier som en studie bör uppfylla för att hålla god kvalitet; tillförlitlighet, relevans och äkthet är några av dessa (Bryman, 2011). Att en studie är tillförlitlig innebär med det synsättet att den uppfyller delkriterierna om trovärdighet, överförbarhet, pålitlighet och möjlighet att styrka och konfirmera (Bryman, 2011). Trovärdighetskriteriet handlar om att forskaren ska anstränga sig för att informanterna i en studie ska kunna känna igen sig i den bild som forskaren ger av verkligheten, och att hen ska följa regler inom forskning. Överförbarhet innebär att forskaren ska ge en så pass detaljerad och utförlig bild av det som undersökts att andra personer kan göra en bedömning av om resultatet också skulle kunna gälla i en annan miljö (Bryman, 2011). Pålitlighet handlar om att forskaren redogör för de olika stegen i sin forskningsprocess så att andra forskare kan bedöma kvaliteten på arbetet. Det sista delkriteriet för tillförlitlighet är ”möjlighet att styrka och konfirmera” (Bryman, 2011, s.355) som innebär att forskaren ska försöka förhålla sig så objektiv som möjligt. ”Det ska med andra ord vara uppenbart att forskaren inte medvetet låtit personliga värderingar eller

teoretisk inriktning påverka utförandet av och slutsatserna från en undersökning” (Bryman, 2011, s. 355).

För att avgöra en studies relevans ska man titta på vad den bidrar till inom sitt fält och äkthet handlar om vad en undersökning bidragit till för de som medverkat i den, samt om de olika åsikterna bland personerna i den grupp som studerats fått komma fram (Bryman, 2011).

Den kvalitativa metodens fördelar väger i den här undersökningen tyngre än de eventuella nackdelarna. En viktig del av studien är att få fram kördeltagarnas och körledarens perspektiv på kören och hur den påverkar. Eftersom att det inte går att veta innan hur den påverkan skulle kunna se ut är den kvalitativa metodens möjlighet till öppnare struktur och flexibilitet central (Bryman, 2011). ”Att låta strukturen vara minimal förmodas öka möjligheterna att på ett riktigt sätt fånga det perspektiv som de studerade personerna omfattar” (Bryman, 2011, s.366). Att låta strukturen vara öppen som Bryman (2011) beskriver skapar förutsättningar för att forskningsfrågorna i min studie ska kunna besvaras på bästa sätt. ”En fördel med det ostrukturerade inslaget i en stor del av den kvalitativa forskningen (förutom den fördel det innebär att få tillgång till människors syn på världen) är att det rymmer ett stort mått av flexibilitet” (Bryman, 2011, s.366). I citatet lyfter Bryman (2011) tydligt fram att valet av kvalitativ metod möjliggör flexibilitet och underlättar för syftet att få tillgång till människors berättelser.

## **4.2 Metoder för datainsamling**

I följande avsnitt presenteras de metoder för datainsamling som använts i studien samt för – och nackdelarna med dessa. De metoder som använts i undersökningen är deltagande observation (4.2.1) och intervju (4.2.3).

### **4.2.1 DELTAGANDE OBSERVATION**

En av de kvalitativa metoderna som använts i studien är deltagande observation. ”Forskaren engagerar sig då i en social miljö under en viss tid för att observera och lyssna i syfte att få en bild av den kultur som en social grupp uppvisar” (Bryman, 2011, s. 344). Syftet med deltagande observation är också att precis som i andra kvalitativa metoder att se saker ur informanternas perspektiv och förstå hur de upplever saker och

ser på världen (Bryman, 2011). Vid en deltagande observation lyssnar forskaren både på samtal mellan deltagarna som studeras och mellan dem och forskaren. Deltagande observation kan också kallas etnografi, det finns dock små skillnader mellan begreppen (Bryman, 2011).

”Deltagande observation är en kvalitativ metod som innebär att en forskare ”engagerar sig i en grupp under en förhållandevis lång tidsrymd, iakttar gruppens beteende, lyssnar på vad som sägs i samtal både mellan individerna själva och fältarbetaren” (Bryman, 2011 s. 378).

I den här studien finns inte möjligheten att vara en del av en grupp under någon längre tid. Därför har också forskningsfrågorna ett mer avgränsat fokus än vad studier med deltagande observation brukar ha. Bryman (2011) kallar en etnografisk forskning med en begränsad, kortare tidsram och en smalare ingång för en mini-etnografi. Den beskrivningen stämmer bra in på den här studien.

Det är vanligt forskare i studier där deltagande observation ingår också använder sig av fler metoder som till exempel kvalitativa intervjuer för att ge en djupare (bättre) bild av det som undersöks (Bryman, 2011, Kvale, & Brinkmann, 2009). ”Intervjuer kan också fungera som *hjälpmetod* i förhållande till andra metoder. I deltagande observation och i etnologiska fältstudier är mer eller mindre informella intervjuer således en viktig källa till information” (Kvale & Brinkmann, 2009, s.133).

Även den här studien är alltså ett exempel på en undersökning som innehåller både deltagande observation och kvalitativa intervjuer. Enligt Bryman (2011) är ett av största problemen för forskaren i en deltagande observation att få tillgång till den miljö och de personer som hen vill studera. Svårigheterna kan vara av olika grad och karaktär beroende på om det är en öppen eller sluten miljö. Forskaren måste också ta ställning till om hen ska ha en öppen eller dold roll i undersökningen (Bryman, 2011). I den här studien har min roll som forskare varit öppen i den slutna miljön kören, deltagarna i studien har vetat om att jag varit där för att göra en undersökning och vad den handlar om. Fördelen med det har varit att jag öppet kunnat föra fältanteckningar när tillfälle getts. Fältanteckningar är viktigt för att forskaren ska minnas detaljer och funderingar som dykt upp under observationstillfället. Då dessa anteckningar ofta blir kortfattade är

det viktigt att skriva utförligare anteckningar så snart som möjligt efter observationstillfället (Bryman, 2011).

Forskaren i en deltagande observation måste också ta ställning till hur aktiv roll hen ska ha (Bryman, 2011). De olika rollerna har enligt Bryman (2011) olika för- och nackdelar och finns inom ett spektrum som går från *fullständigt deltagande* till *enbart observerande* i den miljö som studeras (Bryman, 2011 s.388- 389). I denna studien har forskaren (jag) haft rollen *observatör-som deltagare*, vilket främst innebär rollen som intervjuare, men också en del observation (Bryman, 2011). Det har gjort det möjligt för mig att observera aspekter av samspelet i kören, körsångarnas och körledarens kroppsspråk, minspel med mera. En observatörs roll och grad av aktivitet växlar ofta under den period då studien genomförs (Bryman, 2011).

#### **4.2.2 FÖR- OCH NACKDELAR MED OBSERVATION**

Bryman (2011) beskriver deltagande observation som en metod som där forskaren ”utvecklar en förståelse av gruppens kultur och av människors beteende inom ramen för denna kultur” (Bryman, 2011, s. 378). Möjligheten att skaffa en sådan förståelse för miljön som undersöks och de andra positiva aspekterna med observation som beskrivs i det förra avsnittet (4.2.1) är argument för metoden. Bland nackdelarna med observation tar Bryman (2011) upp risken för att närvaron av en observatör kan påverka de som observeras och göra att de agerar på ett annat sätt än de skulle gjort i vanliga fall.

Bjørndal (2005) menar att en svårighet med observation är att våra förutfattade meningar om människor vi möter riskerar att påverka det vi ser och göra så att bilden inte blir rättvisande.

Vi har vissa standardiserade uppfattningar om hur exempelvis kvinnor, araber, ungdomar och akademiker ”är”. Ganska ofta stämmer dessa uppfattningar, men de kan lika ofta leda till felaktiga tolkningar av det vi observerat. (Bjørndal, 2005, s. 31)

Bjørndal (2005) beskriver i samband med detta att vi lägger till egen information om de personer vi möter för att för att skapa oss bilder av dem.

#### **4.2.3 KVALITATIV INTERVJU**

Studiens andra metod för datainsamling är kvalitativa intervjuer. Enligt Kvale & Brinkman (2009) har den kvalitativa intervjun stor potential:

En intervjuare kan inhämta kunskaper under hela undersökningen. Samtalen med intervjupersonerna kan vidga och förändra hennes uppfattning om de undersökta fenomenen. Intervjupersonerna drar fram nya och oväntade aspekter av de studerade fenomenen, och under analysen av de utskrivna intervjuerna kan nya distinktioner upptäckas. (Kvale & Brinkmann, 2009 s. 128)

Kvalitativa intervjuer är ett stort begrepp som inkluderar många olika sorters intervjuer, de kan till exempel vara både enskilda och i grupp (Bryman, 2011) Den här studien innehåller enskilda kvalitativa intervjuer. Valet att inte ha fokusgrupper, trots att den intervjuformen enligt Bryman (2011) har potential att få fram perspektiv och aspekter i diskussionerna mellan deltagare som riskerar att gå förlorade i en enskild intervju, baseras på att studien eftersträvar ett så stort djup som möjligt. Gruppforumet ger mindre utrymme för varje person att uttrycka sig och riskerar enligt Bryman (2011) att göra så att reflektioner av mer personlig karaktär kanske aldrig yttras.

Kvalitativa intervjuer kan ha olika mycket struktur och brukar benämnas som ostrukturerade eller semistrukturerade i sin karaktär (Bryman, 2011). Ostrukturerade intervjuer ”tenderar att till sin natur likna vanliga samtal” och utgår ofta från ”teman” som forskaren förberett, men har väldigt få - eller inga i förväg formulerade frågor (Bryman, 2011, s.415). En semistrukturerad intervju är också väldigt flexibel men utgår ifrån en intervjuguide som intervjuaren förhåller sig till. Hen kan ställa följdfrågor och ta upp saker i stunden som inte var med i den ursprungliga utarbetade guiden utifrån hur intervjun utvecklas i stunden, men de förberedda frågorna avverkas oftast i ungefär den ordning som intervjuaren planerat (Bryman, 2011).

#### **4.2.4 FÖR- OCH NACKDELAR MED INTERVJU**

Potter & Hepburn (2005) i Kvale & Brinkman (2009) är kritiska mot att använda intervju i vissa sammanhang, de menar att intervju ofta tycks bli ”självklart val” trots att det inte alltid borde vara det (Kvale & Brinkman, 2009, s.132). De beskriver istället risker med intervjun och tar då bland annat upp att intervjuerna och analysen av dem kan komma att påverkas av saker som sedan inte lyfts fram, och även det problematiska i förhållandet mellan intervjuare och informant menar de är sådant som inte alltid tas upp (Kvale & Brinkmann, 2009).

Bryman (2011) skriver att ”intervjuns onaturliga karaktär” kan påverka informanterna och på så sätt även datan för att den som intervjuas är medveten om att intervjun är en del i en studie med ett syfte. Detta kallas för en reaktiv effekt. Bryman (2011) säger även att risken för sådan påverkan är ännu större i användandet av deltagande observation, men att det ändå är ett problem i båda metoderna (Bryman, 2011). Kvale och Brinkmann (2009) presenterar också kritik mot kvalitativ intervju som metod i vissa sammanhang, men de lyfter också fram styrkan med metoden.

Sedan detta sagts får man inte glömma bort att intervjuer är särskilt lämpliga när man vill studera människors syn på meningen hos sina levda liv, beskriva deras upplevelser och självuppfattning, och klargöra och utveckla deras eget perspektiv på sin livsvärld. (Kvale & Brinkmann, sid 133)

Här lyfter de fram intervjuns styrka när det kommer till att låta människor själva sätta ord på hur de ser på världen.

## **4.3 Urval och datainsamling**

Min studies objekt är Sinnesrokören, en blandad amatörkör i södra Sverige som grundats ur Sinnesromässan i svenska kyrkan. Kören presenteras närmare i avsnitt 4.5.1. När jag inledde mitt arbete önskade jag hitta en kör som potentiellt skulle kunna ha fler mål med körsången än de som är kopplade till musikaliska resultat. När jag började göra efterforskningar fick jag höra talas om Sinnesrokören, och körens namn gjorde att mitt intresse väcktes. Jag var genom min handledare redan i kontakt med körledaren och frågade henne om kören och fick på så sätt veta mer. Jag kände inte till kören innan jag påbörjade studien.

Vid mitt första besök hos kören presenterade jag mig i början av repetitionen och berättade om studien och syftet med den och fick klartecken att börja med undersökningen. Under fikapausen skrev samtliga körmedlemmar på samtyckesblanketten och då fick även de som ville anmäla intresse för att bli intervjuade.

### **4.3.1 INTERVJU**

Jag har gjort fyra enskilda, kvalitativa intervjuer med körmedlemmar i Sinnesrokören och en intervju med körledaren. Eftersom det var fler än fyra körsångare som kunde



tänka sig att medverka vid en intervju drog jag lott bland dem som anmält intresse och kontaktade personerna som lotten fallit på via mail och bokade in intervjuerna. Intervjuerna med kördeltagarna tog mellan 23 och 45 minuter och intervjun med körledaren varade i en timme och 20 minuter, samtliga intervjuer spelades in. Intervjuerna har ägt rum i samband med körrepetitionerna eller Sinnesromässan som är i samma lokal som kören men på en annan veckodag. Intervjuerna hölls i anslutande lokaler i samma byggnad. Vid ett tillfälle dök en informant inte upp på den avtalade tiden som var en timme innan repetitionen. En annan körmedlem var däremot på plats och jag frågade då om hen kunde tänka sig att ställa upp på en intervju, det kunde personen och jag genomförde intervjun. Den nya informanten hade inte från början skrivit upp sig på listan för att vara med på en intervju, men ville ändå medverka när jag ställde frågan. Intervjuerna har varit av semistrukturerad karaktär, jag har utgått ifrån en i förväg förberedd intervjuguide med frågor som jag tagit fram, men jag har också lagt till frågor och ställt följdfrågor under intervjuerna.

#### **4.3.2 TRANSKRIBERING**

Jag har transkriberat alla intervjuer ordagrant och i sin helhet. Jag har i transkriberingen tagit med utfyllnadsord, men jag har inte skrivit ut eller klockat pauser eller tagit med eh och liknande småord som jag bedömt saknar relevans. När jag har valt att använda mig av citat från intervjuerna i arbetet har jag skrivit om dem till skriftspråk och tagit bort småord där jag bedömt att de inte är av vikt.

#### **4.3.3 OBSERVATION**

Kören repeterar en gång i veckan, och jag har observerat körens repetitioner vid fem tillfällen. Under körtillfällena som pågår i två timmar har jag suttit vid sidan om kören och fört anteckningar för hand. Anteckningarna har varit fritt utformade, men jag har vid varje tillfälle haft punkterna ”körledarens gestik”, ”deltagarnas synliga uttryck” samt ”samspel mellan deltagare” uppskrivna i blocket som hållpunkter att kunna titta extra på. Jag har skrivit ner så mycket jag kunnat under repetitionens gång och så snart som möjligt efter varje körtillfälle har jag sedan skrivit rent och eventuellt utvecklat anteckningarna på min dator. Bjørndal (2005) menar att det i studier med ”ett mer öppet och utforskande syfte” är uteslutet med ”detaljerade observationsscheman som är

utformade i förväg. Mitt tillvägagångssätt benämner han som ”ostrukturerad observation” (Bjørndal, 2005, s. 50)

## **4.4 Analys**

I följande avsnitt redogörs för hur den insamlade datan analyserats. Analysen av intervjudatan presenteras i avsnitt 4.4.1 och analysen av observationsanteckningarna i 4.4.2.

### **4.4.1 ANALYS AV INTERVJUERNA**

När jag hade transkriberat deltagarintervjuerna gick jag in i varje intervju och färgkodade dem efter de olika teman som jag kunde se när jag läste igenom materialet. På så vis fick jag fram ett ganska stort antal kategorier. Jag hade inte gjort någon kategorisering innan jag läste igenom transkriberingarna utan lät innehållet i intervjuerna avgöra tematiseringen. När jag hade gjort det skapade jag separata dokument för de olika kategorierna jag hittat och kopierade och klistrade in de delar från de olika intervjuerna som hörde hemma i respektive kategori. I den processen sållade jag också ut den data som inte var relevant mot forskningsfrågorna. Därefter skrev jag ut de nya dokumenten så att jag hade datan i pappersform, de kategorier som jag tänkte kunde ha koppling till varandra jobbade jag sedan med tillsammans. Jag klippte ut alla citaten, behöll den största delen men slängde de som kändes mindre relevanta. De jag behöll läste jag igenom igen och jag försökte på nytt att förhålla mig öppen till det som stod. När jag hade datan framför mig i fysisk form kunde jag flytta runt citat och lättare se om de exempelvis passade i mer än en kategori. Jag fann under processen att flera av kategorierna hörde ihop med varandra, därför slog samman dem och fick fram nya, större kategorier. Vissa kategorier kom också till under detta arbetet, och andra fick nya namn. På detta sätt bearbetade jag intervjudatan tills jag kom fram till de slutgiltiga kategorier som presenteras i resultatkapitlet. Jag gjorde på samma sätt med körledarintervjun, vissa delar av den fick samma kategorier som deltagarintervjuerna, men jag la till kategorier och tog bort andra för att en stor del av datan från körledarintervjun i huvudsak svarar mot en annan forskningsfråga än datan från deltagarintervjuerna.

#### **4.4.2 ANALYS AV OBSERVATIONSANTECKNINGAR**

Även när jag skulle analysera datan jag fått fram från observationen läste jag igenom materialet och gjorde kategorier. Därefter skapade jag nya dokument utifrån kategorierna och tänkte då också på vilken forskningsfråga de svarade mot. Därefter gick jag igenom materialet på nytt, bearbetade det och fick fram färre kategorier som jag sedan sammanställde i resultatet. Eftersom att materialet från observationen inte var lika omfattande som intervjudatan var det lättare att hantera det digitalt, och jag skrev därför inte ut det när jag skulle skapa kategorier.

### **4.5 Informanter**

I följande avsnitt beskrivs kören som är studiens objekt och därefter presenteras intervjuinformanterna, först körmedlemmarna och sedan körledaren.

#### **4.5.1 KÖREN**

Sinnesrokören är en kör i södra Sverige som funnits i snart fyra år och består av cirka 20 vuxna körsångare i blandade åldrar. Exakt hur många medlemmar kören har är svårt att säga, för det varierar, vem som helst får vara med i kören och börja när som helst under terminen. Sinnesrokören är en blandad kör, men under tiden då studien gjordes var majoriteten i av körsångarna kvinnor. Körmedlemmarna har olika mycket erfarenhet av sång och körsång med sig in i kören, de flesta är nybörjare men några har sjungit i körer och andra sammanhang tidigare. Kören grundades genom Sinnesromässan och ungefär hälften av medlemmarna har en historia av missbruk och någon koppling till AA eller NA. Repetitionerna sker på kvällstid en gång i veckan i ett kapell som tillhör svenska kyrkan. Själva körövningarna pågår i två timmar, men 45 minuter innan repetitionen är lokalerna öppna och medlemmarna kan komma och fika, det är en av medlemmarna i kören som låser upp och fixar i ordning det. Sinnesrokören är ingen konsertinriktad kör, utan det är repetitionerna som är i fokus. Kören framträder ändå någon gång per termin, då oftast på Sinnesromässan. Det kostar ingenting att sjunga i kören.

#### **4.5.2 KÖRINFORMANTERNA**

Bland informanterna ur kören som jag har intervjuat finns både män och kvinnor. De har alla fyra hittat till kören via Sinnesromässan men har varit med olika länge, en har

varit med sedan kören startades, och de andra har varit med i kören i 1- 3,5 år. Två av informanterna beskriver att de har väldigt lite erfarenhet av sång och körsång sedan tidigare. En av dem berättar att det mest var tillfälligheter som gjorde att hen gick med i kören och uttrycker det som nästan helt osannolikt att hen skulle gått med i någon annan kör. Även den andra personen som har liten erfarenhet av kör sen tidigare uttrycker att hen förmodligen inte skulle ha börjat sjunga i kör om det inte varit för just Sinnesrokören. De andra två informanterna har mer erfarenhet av körsång och musikutövande, en av dem har sjungit i olika körer nästan hela sitt liv och den andra personen har erfarenhet av körsång och har tagit sånglektioner, men hade inte sjungit aktivt på många år innan hen började i Sinnesrokören. Två av informanterna har en historia av missbruk. Jag har valt att kalla körmedlemmarna informant 1, 2, 3 och 4 och benämna dem könsneutralt. Detta har jag gjort för anonymiseringens skull då det är färre män än kvinnor i kören.

### **4.5.3 KÖRLEDAREN**

Körledaren för Sinnesrokören har lett olika körer sedan hon började sin utbildning på musikhögskolan 1998. Efter musikhögskolan har hon fortsatt sin musikaliska utbildning på olika sätt och hon är aktiv som musiker och låtskrivare. När studien gjordes ledde hon förutom Sinnesrokören även två andra körer. I anonymiseringen har jag valt att kalla körledaren för just körledaren. Jag har dock valt att uppge att körledaren är en kvinna. Det är inte för att jag anser att det är av någon speciell betydelse, utan för att det inte hade bidragit till anonymiseringen att benämna körledaren som hen eftersom att jag använder körens riktiga namn. Körledaren var den som tog initiativet till kören och startade den, och hon har alltså varit körens ledare i cirka fyra år. I startandet hade hon hjälp av en av körmedlemmarna. När studien genomfördes ska körledaren vara kvar i kören terminen ut för att sedan lämna över till en ny ledare.

## **4.6 Giltighet och tillförlitlighet**

Min personliga ingång i den här studien som är mina erfarenheter av att sång och körsång påverkat mig positivt är något som jag behövt förhålla mig aktivt till genom hela arbetet för att inte låta det påverka studien. Jag har hela tiden haft detta i åtanke i min kontakt med kören och körledaren och fått göra avvägningar kring hur mycket jag ska berätta om min utgångspunkt för de medverkande. Jag har ändå valt att i min

presentation av studien och syftet med den tala om varför ämnet intresserar mig. I samråd med min handledare kom jag fram till de eventuella positiva effekterna av att göra det vägde tungt. Att ge en personlig ingång hoppades jag skulle kunna göra kördeltagarna mer intresserade av att vara med i studien och underlätta för mig när jag gjorde mina intervjuer. Så har jag också upplevt att det har blivit. Kvale & Brinkmann (2009) lyfter fram vikten av det sociala samspelet mellan intervjuaren och informanten.

Den kunskap som produceras av sådan forskning är beroende av den sociala relationen mellan intervjuare och intervjuperson, som bygger på att intervjuarens förmåga att skapa en miljö där intervjupersonen känner sig fri och säker nog för att prata om privata händelser som kommer att registreras för senare offentligt bruk (Kvale & Brinkmann, 2009, s. 32).

Valet att inte helt utelämna min egen ingång till ämnet skulle kunna vara en sak som bidrar till att skapa en miljö där informanterna känner sig bekväma med att berätta. Jag har genom hela arbetet haft hjälp och stöd av min handledare i dessa frågor och fått feedback bland annat i utvecklandet av intervjuguiderna.

Mitt val att använda mig av flera metoder i min studie, intervjuer och observation, har gett mig möjlighet att med själv kunna se en del av det som informanterna tagit upp under intervjuerna. Det har också gjort att jag främst i intervjun med körledaren som ägde rum i slutet av datainsamlingen kunnat ställa frågor kring teman som väckt mitt intresse under observationerna. På så vis har de olika metoderna kompletterat varandra.

Jag har genom hela processen haft studiens syfte och forskningsfrågor som grund för de beslut jag fattat. Jag har beskrivit arbetets process och låtit mina informanters röster komma fram. Arbetets begränsade omfattning gör att resultatet inte kan generaliseras till att gälla andra körer, men min förhoppning är att den kan visa mönster som inte bara är relevanta för min studies objekt, Sinnesrokören.

## **4.7 Etiska överväganden**

I genomförandet av min studie har jag rättat mig efter Vetenskapsrådets (1990) etiska principer för humanistisk och samhällsvetenskaplig forskning, det innebär att jag följt deras krav gällande information, samtycke, konfidentialitet och nyttjande. Innan undersökningen tog sin början har jag informerat samtliga informanter om att deras medverkan är helt frivillig och att de när som helst har rätt att avbryta, att den insamlade datan bara ska användas i forskningssyfte och att de som individer är anonyma i

undersökningen. Jag har även förklarat studiens syfte och berättat hur den kommer att publiceras. Informanterna har fått informationen muntligt, men även på den samtyckesblankett som alla medverkande fått skriva på. Vid de enskilda intervjuerna har jag gått igenom informationen på nytt. Kvale och Brinkmann (2009) menar att ett etiskt dilemma som kan uppstå för forskaren vid intervjuer är balansgången mellan att respektera informanternas integritet och att få fram så mycket kunskap som möjligt (Kvale & Brinkmann, 2009). Under mina intervjuer med kördeltagarna har detta varit aktuellt eftersom informanterna har berättat om potentiellt känsliga saker som till exempel missbrukshistorik. Jag har försökt att vara så lyhörd som möjligt för vad informanterna varit bekväma att prata om och försökt ställa frågor och följdfrågor som ger informanterna möjlighet att dela det de vill utan att pressa dem till något. Kvale och Brinkmann (2009) lyfter fram vikten av det sociala samspelet mellan intervjuaren och informanten.

Den kunskap som produceras av sådan forskning är beroende av den sociala relationen mellan intervjuare och intervjuperson, som bygger på att intervjuarens förmåga att skapa en miljö där intervjupersonen känner sig fri och säker nog för att prata om privata händelser som kommer att registreras för senare offentligt bruk (Kvale & Brinkmann, 2009, s. 32).

Att låta körens riktiga namn vara med i studien är något jag varit tvungen att överväga etiskt eftersom att det ger deltagarna i studien mindre anonymitet. Anledningen till att det kändes viktigt att ha med namnet är att det säger något om kören och att kopplingen mellan sinnesro och körsången har varit uppe under intervjuerna. Jag kom fram till att jag genom att informera deltagarna i studien om att namnet skulle stå med och anonymisera individerna i kören i så stor utsträckning som möjligt ändå kunde stå för beslutet och använda körens namn. Bryman (2011) tar upp vikten av att låta individer och grupper vara anonyma, men säger också att det förekommer att ”den sociala miljön kan beskrivas öppet” (Bryman, 2011, s. 401) om det finns en överenskommelse om att det är okej.

På grund av att det är en sån stark övervikt av kvinnor i kören har jag valt att låta körinformanterna vara könsneutrala i studien för att de ska kunna vara så anonyma som möjligt. När jag beskrivit situationer i mina observationsanteckningar har jag försökt skriva det på ett sådant sätt att igen körmedlem hängs ut på något sätt.



## 5. Resultat

Data från intervju- respektive observationsdelen presenteras i kategorier som svarar mot forskningsfrågorna. 5.1 svarar mot första forskningsfrågan på basis av intervjumaterialet och 5.2 svarar mot samma fråga med observationen som underlag. På samma sätt svarar 5.3 på andra forskningsfrågan på basis av intervjumaterialet och 5.4 svarar mot samma fråga med observationen som underlag. 5.5 svarar mot tredje forskningsfrågan på basis av intervjumaterialet, 5.6 svarar mot samma fråga med observationen som underlag. I slutet av kapitlet kommer en sammanfattning av hela resultatet i avsnitt 5.7.

### 5.1 Resultat av intervjuer

När jag har analyserat intervjuerna har jag funnit att informanternas svar på hur körsången påverkar kan sorteras in under några gemensamma teman som presenteras nedan.

#### 5.1.1 GLÄDJE

Alla informanter uttrycker att kören är en källa till glädje, det är ett återkommande tema i samtliga intervjuer med kördeltagare. En av informanterna säger:

”...och jag tror säkert att jag sitter med ett leende på läpparna när jag åker hem, för det ger så mycket glädje.” (Informant 2) Glädjen beskrivs av informanterna i kören som direkt kopplad till att sjunga i just Sinnesrokören, men också som kopplad till sång och körsång i allmänhet. En informant uttrycker dock att hen inte tror att det hade gett samma glädje att vara med i en annan kör. Alla informanterna pratar också om glädjen som kopplad till den sociala aspekten av körsången, att man är flera som sjunger tillsammans.

Två av informanterna såg kören uppträda på Sinnesromässan innan de själva gick med och båda uttrycker att kören då utstrålade glädje. Glädjen de såg var sedan en viktig anledning till varför de båda två ville vara med i kören.



Körledaren berättar också att körmedlemmar har kommit till henne och uttryckt att kören gör dem glada. ”...Absolut är det många som har verkligen sagt att det var så himla roligt ikväll eller det var så himla roligt då...” (Körledaren)

### **5.1.2 ATT VARA TILLSAMMANS**

Den sociala aspekten av att sjunga i kör lyfts fram av tre av de fyra körinformaterna samt av körledaren. Den beskrivs i positiva ordalag av alla, som något som berikar. En informant säger såhär när hen får frågan vad kören betyder:

Ja, det är avkoppling //.. det finns inslag av andlighet, det finns stora inslag av kamratskap, värme, gemenskap. Vad gruppdynamiken betyder, här är inte ensam stark, här är det gruppen som behöver alla individer för att själv liksom hänga med, så den gruppdynamiken och det positiva gruppsycket som blir, det är riktigt häftigt att uppleva ibland. (Informant 1)

De andra körinformaterna som belyser betydelsen av den sociala aspekten beskriver den precis som i citatet ovan som viktig kopplat till det musikaliska arbetet i kören, när man sjunger tillsammans, men också som viktig i sig i gemenskapen i samband med kören. En informant uttrycker att kören blir viktigare och viktigare för varje gång för att relationerna med de andra medlemmarna utvecklas och blir djupare (informant 2). En annan informant säger att den sociala aspekten av det musikaliska arbetet kan bidra till frustration för att kördeltagarna kan störa och förvirra varandra i stämsången, men samme informant beskriver också det musikaliska samspelet när det fungerar som det som kan göra att en körövning känns extra bra och att kördeltagarna då ger varandra god energi. Körledaren tycker att det är ”väldigt god stämning” i kören. Hon upplever att det sociala samspelet mellan deltagarna i kören fungerar väldigt bra och att det är lätt att skapa en ”härlig vi-känsla”.

### **5.1.3 SINNESRO**

Alla informanter i kören tycker att ordet eller begreppet sinnesro på något sätt hör ihop med att sjunga i Sinnesrokören. När de ombeds berätta vad sinnesro betyder för dem pratar tre av dem om lugn på olika sätt. Den fjärde informanten använder inte ordet lugn men uttrycker sig såhär:

...när man kommer bort ifrån begäret, stressen, ångesten, sorgen, skuld och skam som är förknippat med någon form av missbruk eller beroende, när det kriget är över, när det tystnar i huvudet, du får plötsligt all tid i världen, du blir av med din ångest, du blir av med din stress, och du hittar någon form av sinnesstämning och

ett fysiskt mående som du kan säga, fan det här duger alltså, det här är jag, nu är jag tillbaka till den som jag egentligen vill vara och var innan det gick snett. Då infinner sig någon form av sinnesro. Man deltar igen på livets villkor som vem som helst där ute i samhället från att tidigare ha burit på mängder med skuld och skam och tillkortakommande och inte vara närvarande, åtminstone inte fullt ut, utan nu kunna både se och känna och både glädje och sorg på ett naturligt sätt. Så hade det varit en instrumentpanel i en bil eller någonting så står alla visare på grönt // ja men lite så kan jag känna va, och det är, ja när man faktiskt är med i livet på livets villkor. (Informant 1)

Om kopplingen mellan sinnesro och kören uttrycker sig samme informant såhär:

..Körens namn blev väl så tack vare att den är sprungen ur sinnesromässan, men visst är det så att körsång och deltagande i kör bidrar definitivt till sinnesro för du kommer väldigt nära dig själv i musiken, i sången, tillsammans med andra. Så visst finns sinnesro med i detta, absolut, inte minst tycker jag när man kommer hem efter en sån här kväll och man ska smälta lite kvällens övningar och sådär, det går runt lite melodislingor i huvudet och sådär. Men det är oerhört behagligt alltså. (Informant 1)

Även två av de andra informanterna förknippar i likhet med informant 1 (se det första av de ovanstående citaten) sinnesro med att känna att man duger som man är. Informant 3 förklarar begreppet som ”ett slags lugn och att man känner att man duger tror jag” (Informant 3). För informanten är den känslan starkt förknippad med Sinnesromässan. Sinnesron i kören beskriver hen är liknande men inte helt samma eftersom att det musikaliska arbetet i kören också innebär att hen måste ”skärpa sig” för att klara av det och att det därför inte går att ”komma och duga” på körrepetitionerna, utan där måste hen också ”försöka lite själv” (informant 3). Sinnesron i kören beskriver informanten istället som en sorts mindfulness som hen förklarar som avsaknaden av stress och frustration från världen utanför. Informanten uttrycker att hen tror att den upplevda sinnesron i körsången kan vara bidragande till att de kan ”utvecklas så fort” och att det kan ha en positiv effekt på musikaliska arbetet på flera sätt. Precis som informant 3 förknippar även de andra körmedlemmarna begreppet sinnesro med sinnesromässan. Den tredje informanten som kopplar ordet/ begreppet sinnesro med att duga som man är tycker att det är extra förknippat med just sinnesrokören. Hen har sjungit i flera andra köror tidigare och tycker att körens bakgrund och att vissa av körsångarna har ett förflutet med missbruk bidrar en ödmjukhet hos deltagarna och gör att det känns ”mer tillåtande att man är den man är” (Informant 4).

Betydelsen av sinnesro och det som informanterna berättar att de upplevt i kören som de kopplar till begreppet beskrivs av samtliga som något positivt. En informant i kören berättar till exempel att hen upplever att hens ADD påverkas när hon upplever sinnesro och att hen gör det både i kören och under sinnesromässan:

I4 - Jag har ADD så min hjärna snackar hela tiden, men alltså det här att sitta ner och lyssna på lugn och harmonisk musik och texter som någon pratar som tilltalar än, oftast är det såhär att om jag inte är intresserad av det som sägs så lyssnar jag inte heller. Här lyssnar jag, så.

A – i kören menar du? Eller på mässan?

I4 – ja både i kören och även på mässorna. (Informant 4)

Ett annat exempel är informant 2 som berättar att hen hade en stark positiv upplevelse när kören sjöng en speciell låt ur repertoaren för första gången och beskriver upplevelsen genom att säga att hen vid det tillfället upplevde sinnesro.

#### **5.1.4 ANDLIGHET**

Två av körinformanterna och körledaren pratar i sina intervjuer om en andlig aspekt av kören.

Det kommer väl tillbaka till det här att den avkopplingen och den koncentrationen som ändå man måste uppbringa när man är här, och det är känslan efteråt ibland när man nästan kan känna sig lite hög, svårt att komma ner i varv, alltså det ger någonting själsligt som du inte kommer åt någon annanstans. Jag kan lyssna på musik jättemycket, det är nästan alltid på, och gå på konserter // ...men just att delta själv, det ger en annan dimension som gör att det fastnar inne i kroppen någonstans och den där kicken man kan känna efteråt, jag kan nog inte beskriva den annat på något sätt att det är lite andligt alltså. (Informant 1)

I föregående citat beskriver informanten andligheten i kören som något som är en effekt av att hen själv är med och deltar aktivt i körsången, det egna deltagandet ger en extra dimension som kördeltagaren liknar vid ett rus och beskriver som själsligt och andligt. Informant 2 benämner andligheten i körsången som ”en mer levande andlighet” än den hen uttrycker att hen upplever under Sinnesromässan, när informanten beskriver den senare använder hen istället orden ”stilla andlighet”. Samme informant nämner andlighetsaspekten flera gånger under intervjun och säger bland annat också:

Kören är... ja, det är alltså, det är en belöning för själen på något vis, alltså detta här att kunna ha, känna så mycket andlighet och kunna ha roligt. Att sjunga, om jag säger så sjunga, det är balsam för själen. (Informant 2)

### 5.1.5 SJÄLVKÄNSLA

Att sjunga ger ”boozt i självkänslan” säger en av informanterna under intervjun. Hen berättar att hen upplevt det själv, men upplever också att det är synligt hos andra deltagarna i kören. Informanten säger att de ”blir säkrare och säkrare” och att det märks på ”hur de vågar sjunga” och ”att dom vågar ta i lite mer”. (Informant 4) Hen beskriver vidare att den ökade säkerheten kommer som ett resultat av den musikaliska utvecklingen hos de andra och att det leder till att personer i kören som inte tagit så mycket plats tar för sig mer.

En del som är så lite tillbakadragna från början och så har dom ändå tagit i lite; ja men jag kan också sjunga solo eller, jag vill också var med på det liksom och vågar mer, det gjorde dom inte från början en del. (Informant 4)

En annan informant visar under intervjun upp ett klipp från youtube med en film på kören när de sjunger en låt på engelska ur sin repertoar. Informanten har tidigare under intervjun berättat att hen har svårt för engelska för att hen har dyslexi och därför inte lärde sig engelska under skoltiden. Körsångaren pratar om klippet med stolthet. Tidigare under intervjun säger hen: ”och liksom får vår kör att sjunga trestämmigt, alltså hallå! Hade någon sagt det till mig, att jag ska sjunga i en kör där det är trestämmigt...” (Informant 2) Informanten uttrycker inte att hens självkänsla styrks av körsången men formulerar sig - och agerar med stolthet över det kören gör och uttrycker att hen nu klarar av att göra saker som hen inte trodde tidigare att hen skulle klara av.

Körledaren berättar att kördeltagare har sagt saker som gör att hon förstår att deras självförtroende växt. Ett tillfälle som körledaren minns då det var flera kördeltagare uttryckte sig på det sättet var i samband med en körhelg som de haft där de hade masterclass. Kördeltagarna fick då sjunga upp en sång och sedan tillsammans med körledaren jobba med den enskilt inför en liten grupp av andra kördeltagare.

...då var det många som liksom: ja men att, tänk att jag kan sjunga på det viset, tänk att det låter såhär när jag sjunger härinne och tänk att det känns så, gud va roligt och gud va fantastiskt att få vara med om detta och så. Så det är alla sådana grejer dom har sagt som gör att jag förstår att dom har växt på något sätt, eller att dom känner att dom växer, deras självförtroende växer... (körledaren).

Även körledaren beskriver här ett samband mellan musikalisk utveckling och ökat självförtroende hos körsångarna.

### 5.1.6 MUSIKALISK UTVECKLING

Informant 4 säger att hen märker på tydligt på de andra körmedlemmarna att de utvecklas inom sången och blir ”bättre och bättre”, och hen uppskattar när de jobbar med sångteknik i kören. ”...alltså jag tycker att det är roligt att lära sig, eller utöka sitt omfång och bli bättre på det man tycker är roligt att göra.” (Informant 4)

Informant 3 berättar att en av anledningarna till att hen valde att gå med i kören var viljan att ”lära sig att sjunga bättre”. (Informant 3) Hen uttrycker att hen inte trodde att det musikaliska arbetet i kören skulle vara ” så tufft som det var” men säger också att det blir extra härligt att sjunga med andra om det blir ett bra musikaliskt resultat. ”...det är ju väldigt härligt när man sjunger ihop med folk. Och göra det dessutom lite bra också, det är ännu bättre.” (Informant 3)

Den feedback från körmedlemmar som körledaren säger att hon minns extra väl är när personer ur kören själva kommit och bekräftat att de märker att de utvecklats.

Ja, alltså det har varit dom exemplen när, när folk har kommit och, typ bekräftat för sig själva och för mig att: ja men jag kunde ju faktiskt sjunga, jag har alltid gått hela mitt liv och trott att jag inte kan sjunga, men det gick ju! (Körledaren).

Det blir tydligt att kördeltagarna som kommit till körledaren själva upplever att de utvecklats musikaliskt och att de klarar något som de saker som de inte trott innan att de skulle klara av.

### 5.1.7 SÅNGEN SOM EMOTIONELL VENTIL

En informant säger i intervjun att sång blivit hennes sätt att uttrycka sig.

Kör för mig har alltid varit samma, fyllt samma funktion så att säga, att det är andhål, ett ställe att komma och bara vara mig själv och uttrycka mig, jag har alltid varit väldigt tyst annars, men just när jag sjunger så har jag ganska stark röst och det är någonting som är mitt uttryck liksom. Så att där får jag tanka energi och så (Informant 4).

Senare i intervjun berättar samma informant om ett tillfälle under en körrepetition då hon blev berörd av en sång de sjöng och började gråta. Sångtexten påminde informanten om relationen till farmodern som gått bort och trots att hen blev sorgsen beskriver hen det inte som en negativ händelse, utan sången det blev en stund där hen ”tänkte på hur fint det var egentligen och hur hon funnits för mig...” (Informant 4)

Körledaren berättar att det har hänt många gånger att personer har börjat gråta eller tårarna har börjat rinna på kördeltagare under körrepetitioner. Hon upplever precis som informant 3 att det med undantag från ett enda tillfälle då det blev tungt varit något positivt och att det känts som att det varit ”bra tårar”.

### **5.1.8 ÖVERGRIPANDE - VÄLMÅENDE**

Genom alla intervjuer målar de intervjuade kördeltagarna upp en bild av kören som något som bidrar till välmående på olika sätt. Alla de ovanstående temana som presenterats som visar körens påverkan på deltagarna har på olika sätt välmående som gemensam nämnare. Intervjuerna visar att kören för deltagarna är glädje, en positiv social aspekt, en andlig dimension, ett uttrycksmedel samt en källa till sinnesro och ökad självkänsla. Men i intervjuerna har deltagarna även sagt saker som mer beskriver att kören bidrar till deltagarnas allmänna välmående mer allmänt uttryckt. Informant 4 säger:

Det (kören) betyder, ja, ett andhål, en plats att komma till och alltså bara att få sjunga är ju jätteviktigt för mig, det är min äng eller vad man ska säga, jag vet inte vad jag ska kalla det, men det är mitt andhål där jag får tanka energi, så kör är jätteviktigt, det har jag ju märkt när jag inte har sjungit i kör att jag mår sämre och att jag behöver ha det, jag mår bra av att sjunga. (Informant 4)

Samme informant säger också att kören påverkar sömnen positivt på så sätt att hen sover bättre på måndagar efter kören än i vanliga fall. Hen förklarar också kören effekten av kören som ”en höjning av energin och så ändå är det ett lugn liksom” och berättar att hen efter repetitionerna känner sig ”harmonisk” och ”mår bra”. (Informant 4)

Precis som informant 4 pratar informant 1 om att kören ger energi och välmående på flera sätt:

Jag tror de först gångerna förstod jag nog inte riktigt vad det egentligen gav, men ganska snart så blev det en stunds nästan total närvaro i två timmar. Man kom ifrån jobbet, man kom ifrån vardagsbekymmer, man kom ifrån, ja egentligen allting runtomkring, man var här och nu och var totalt koncentrerad på detta i två timmar och tömde huvudet på något sätt och faktiskt ibland när vi fick till det riktigt ordentligt då i början så kunde man nästan känna en viss form av berusning efteråt, det var nästan lite svårt att komma ner i varv, man fick så oerhört mycket energi... (Informant 1)

Informant 2 i sin tur säger att ”det sjunger inom mig” och berättar att känslan efter kören är kvar på bussen på vägen hem. Även de andra kördeltagarna uttrycker att de positiva känslorna efter kören finns kvar även efter körövningen på måndagskvällen, på vägen hem, resten av kvällen - och för två av informanterna flera dagar efteråt. Informant 3 säger att glädjen från körrepetitionerna, särskilt om hen upplevt att det gått extra bra ”kan räcka ända fram till onsdag – torsdag”. Körledaren berättar att en körmedlem kommit till henne sagt att repetitionerna på måndagskvällarna ger ”energi för hela den veckan”. Informant 1 sammanfattar stor del av det som intervjuerna visat i en mening när hen beskriver vad kören betyder:

Det blev någon form av både hjärngympa men också lite själslig nästan omplåstring ett par timmar i veckan alltså. Och sen jättekul, inte minst med Körledaren och körvännerna som naturligtvis bidrar jätte, jätte, jättemycket. (Informant 1)

## **5.2 Resultat av observation**

I följande avsnitt presenteras det observationsresultat som svarar mot forskningsfråga 1, resultatet har kategoriserats i underrubrikerna glädje, koncentration och fokus, öppet och tillåtande klimat, lyssnande, närvaro, gemenskap och musikaliskt resultat.

### **5.2.1 GLÄDJE**

Vid alla observationstillfällen har jag sett uttryck för glädje hos deltagarna i kören. Glädjen har visat sig genom leenden och skratt, i samtliga observationsanteckningar har jag skrivit att jag sett mycket av båda delarna. Glädjen har även visat sig genom spontana glädjerop i och jubel i samband med att något musikaliskt gått extra, eller när de sjungit färdigt en låt och ska gå vidare till ett nytt moment. Flera av körmedlemmarna har också formulerat att de blir glada av körrepetitionerna, under repet, innan repet eller under pausen. Vid observationstillfälle 2 har jag en anteckning om en person som spontant utbrister: ”man blir ju varm och glad” under körrepetitionen (observationstillfälle 2). Vid körtillfälle 3 börjar några körmedlemmar spontant dansa vals. ”Medlemmar bjuder upp andra medlemmar på vals. Spontant blir det två par som dansar vals” (Observationstillfälle 3).

## 5.2.2 KONCENTRATION OCH FOKUS

Vad jag uppfattat som uttryck för koncentration eller fokus är också något som jag har anteckningar om från varje körtillfälle. Det har visat sig genom minspel och kroppsspråk och att koncentrationen verkar vara hög. ”Deltagarna ser ofta märkbart koncentrerade ut. Fokuserade miner. Vissa blundar, när de ska lära in texten, andra har väldigt fokuserad blick”. (Observationstillfälle 2) Sådär har jag formulerat mig vid observationstillfälle 4: ”Full koncentration när körledaren lär ut något nytt, körmedlemmar lutar sig framåt för att lyssna mer fokuserat”(Observationstillfälle 4).

## 5.2.3 ÖPPET OCH TILLÅTANDE KLIMAT

Vid första observationstillfället har jag i mina anteckningar formulerat : ”Det är väldigt öppen och glad stämning” och lite senare ”Jag tänker spontant högt till tak” (Observationstillfälle 1) Vid tillfälle 2 har jag skrivit ..”högt till tak, kravlöst”.. Vid samma körrepetition säger körledarna att en stämman behöver bli lite fler, personerna i stämman reagerar med att säga: Ja, kom! Och liknande. De ”bjuder verkligen in”, ”de visar med kropp, ton och röst att fler är välkomna” (Observationstillfälle 2). När det inte går riktigt som det skulle vid det tredje repetitionstillfället skrattar kören åt det tillsammans, körmedlemmarna frågar om de inte har förstått, och ber att få höra saker igen.

När någon i kören uttrycker sig på ett annat sätt än de andra, har ett större kroppsspråk, blundar eller lever sig in på ett sätt som skiljer sig från hur de andra gör verkar ingen lägga någon vikt vid det. I reflektion kring ett sådant exempel har jag antecknat: ”det verkar vara tillåtet att vara som man vill” (observationstillfälle 5).

I samtliga observationsanteckningar har jag noterat att körmedlemmarna ofta bekräftar varandra i koppling till det musikaliska. Det är framförallt kollektiva positiva omdömen om hela kören eller ”spontana applåder när en stämman gör bra ifrån sig och sätter sin stämman snyggt” (observationstillfälle 1). Några bekräftar även körledaren genom att lyfta fram när de sjunger en låt som hon skrivit musiken till och säger att de tycker att den är fin.



Vid mitt första observationstillfälle är en ny körmedlem med för första gången, då har jag antecknat att ”det är svårt för mig att veta vem eller vilka som är där för första gången, det märks inte vad jag kan se på hur de interagerar (Observationstillfälle 1).

#### **5.2.4 LYSSNANDE**

Att jag upplevt att körmedlemmarna lyssnar aktivt på varandra och på körledaren är också något som jag noterat vid 4 av 5 observationstillfällen. Vid ett par tillfällen har det också märkts för att någon person ställt sig annorlunda eller att en stämning gått ihop för att komma närmare varandra.

#### **5.2.5 NÄRVARO**

Vid observationstillfälle 4 har jag antecknat:

De loopar sinnesrobönen, och jag upplever att ”det” händer. Att de som är där går helt upp i sången, att de är i nuet. Det har varit lite trött stämning innan, men jag känner det som att energin höjs i hela gruppen. Glädjen verkar också höjas. Jag ser fler leenden. Vissa blundar och sjunger. (Observationstillfälle 4)

Även vid tillfälle 5 har jag skrivit att det känns som att alla personer i kören är här och nu.

#### **5.2.6 GEMENSKAP**

I mina observationsanteckningar har jag vid flera tillfällen noterat att körmedlemmarna ofta har ögonkontakt med dem som står mittemot i ringen och att de då ler mot varandra. Vid ett tillfälle ber körledaren dem att gå runt och sjunga i en övning och många tar då ögonkontakt med dem som de möter. Jag har även anteckningar om att körmedlemmarna ofta skojar med varandra. Vid körtillfälle 3 har jag antecknat: ”jag får en känsla av att det är så litet avstånd mellan deltagarna, så nära”.

#### **5.2.7 MUSIKALISKT RESULTAT**

Vid den första körrepetitionen har jag skrivit att kören ”får ett fint musikaliskt resultat” och vid sista observationstillfället har jag skrivit:

Det låter så fint om kören! Jag vet ju att många inte har så mycket sånglig erfarenhet med sig in i kören när de börjar, men stundtals tycker jag att det låter helt fantastiskt! Ja, det låter verkligen bra! Oftare i slutet av repetitionerna. (Observationstillfälle 5)

## 5.3 Resultat av intervjuer

I detta avsnitt presenteras körledarens drivkrafter och mål och hur de visar sig i praktiken under olika kategorier som framkommit genom analys av intervjumaterialet. Även hur körledaren ser på körsångarna och det egna ledarskapet är relevant och presenteras i följande avsnitt.

### 5.3.1 KÖRSÅNGENS SJÄLAVÅRDANDE PERSPEKTIV

Ett av de mål som körledaren lyfter fram att hon har och har haft sedan starten är att kören ska få vara själavårdande för körmedlemmarna. När körledaren pratar om det själavårdande som mål och perspektiv för kören nämner hon också musikdiakonala perspektiv. När körledaren sedan utvecklar sitt resonemang kring ämnet skiljer hon inte på de två, utan begreppen går hand i hand.

Ja tänkte nog utifrån själavård, själavårdande perspektiv och musikdiakonala perspektiv att skapa en oas, ett vattenhål för människor som annars, många av dom här finns annars i andra typer av gemenskaper på kvällarna, man går till sitt AA-möte till exempel, men här slipper man prata om det där hela tiden höll jag på att säga, eller där, där, här kan man komma och vara med andra som också delar en sån här typ av bakgrund eller samma typ av erfarenheter, men man, just den här kvällen så behöver man inte sätta ord på dom på det viset, eller dela med sig på det viset utan man delar på ett helt annat sätt och kommer varandra nära och kommer sig själv nära med musiken liksom som vägen in i en sån process och i ett sånt själavårdande rum på något sätt. (Körledaren)

Körledaren beskriver i citatet att det själavårdande målet med kören innebär att skapa ett forum där kördeltagarna får komma nära sig själva och andra och att musiken är ett verktyg för att uppnå det. Att sjunga tillsammans blir ett sätt att dela utan behöva ”sätta ord” på saker, ett annat sätt än det som en del av körmedlemmarna har erfarenhet av ifrån till exempel AA.

Tidigare under intervjun säger körledaren också att målet med kören inte bara är ”att man ska sjunga vackert och så” utan säger att ”vi tror att musiken också får lov att vara upprättande för människor, också får lov att läka” (körledaren). Här benämner körledaren kören som *vi* och trots att hon inte uttrycker det kan det tolkas som en del av körledarens syn på det själavårdande målet med kören.

Körledaren pratar också om en andlig aspekt av sång och körsång, som kan kopplas till det själavårdande målet med kören.

...att sjunga tillsammans för mig kan ju vara någonting väldigt heligt, alltså att kan uppstå någonting när människor sjunger, inte alltid gör det inte det, men det kan göra det, som jag tycker är heligt som jag verkligen vill likna vid det man i kyrkan kallar för helige ande // ...utan jag tror att sjunga tillsammans, man använder sin sång, man använder sin röst, man använder liksom hela sin egen ande kan man säga, man låter sin själ liksom ljuda// ...när man börjar sjunga som sig själv kanske mer, då kommer ju sången nära och då märker man vad sången gör med än, och gör många människor det samtidigt, och det behöver man ju inte vara utbildad för att göra, det är bara, alla kan göra det på något sätt om man vågar, då tror jag det är något heligt som kan, som kan uppstå, för ibland när folk sjunger tillsammans så uppstår det där speciella som är svårt att förklara, vad var det som hände nu egentligen? Mer än att det kanske klingade jättesnyggt eller svängde jättemycket, men det behöver inte vara sånt med i bilden, det kanske inte låter fantastiskt ur ett sånt perspektiv, men ändå så är det något som händer ibland när människor sjunger som är svårt att sätta fingret på, och då tror jag att det är det där liksom det andliga perspektivet när människor länkas samman och blir ett på något sätt i sången. Och att människor blir ett, det tror jag många upplever som något mycket speciellt, när man får klinga med någon annan och man hör att det, det blir något av det, det blir något starkt, eller det blir något berörande, det får en ny färg liksom, vi lägger ihop våra färger och så blir det en ny färg. (Körledaren)

I citatet ovan liknar körledaren andligheten som kan uppstå i körsång med ”det som man i kyrkan kallar helig ande”. Hon beskriver andligheten som det svårförklarliga som kan uppstå när människor sjunger tillsammans och personerna i gruppen utgår ifrån sig själva i sången, använder sina röster och ”låter sin själ ljuda”. Körledaren beskriver det som att människor då kan länkas samman i sången, och att när det händer uppstår något mer än det som individerna bidrar med. Något nytt som är ”berörande” och ”starkt” skapas i det musikaliska mötet, och det är det som hon beskriver som ”ett andligt perspektiv” på sången. Körledaren tror inte att det andliga som uppstår behöver vara kopplat till musikalisk kvalitet, utan menar att alla kan sjunga så på det sättet, men att det kräver att man vågar. Körledaren berättar att hon väljer sånger till kören som är ”upplyftande på något sätt, eller stärkande, eller berörande, eller liksom nära i sin karaktär”, men att det annars inte är vilka sånger som sjungs som är i fokus, utan att det som är primärt handlar om körmedlemmarna som är på repetitionerna.

### **5.3.2 KÖRLEDARENS SYN PÅ DET EGNA LEDARSKAPET**

När körledaren pratar om ledarrollen beskriver hon det som att hon är nära sin person och att det känns naturligt och lätt.

Jag tror att jag, när jag håller på därinne så är jag är väldigt nära mig själv. Jag är både nära mig själv, den som jag är som person och jag är också nära mig själv som den teaterapan jag är på något sätt, för den har jag också väldigt i mig på något sätt//... och jag tycker att allt som jag gör därinne gör jag för att det känns naturligt, det går lätt för mig att göra så. (Körledaren)

Körledaren säger också senare i intervjun att hon ”trivs som fisken i vattnet” i Sinnesrokören och ”i andra liknande musikaliska ledarskapssammanhang” och formulerar att ”jag vågar bjuda ganska mycket på mig själv på ett kamratligt plan på något sätt” (Körledaren). Körledaren säger att hon känner att hon kan tillåta sig själv ”att vara lekfull” och följa sin intuition i ledarskapet, hon uttrycker på nytt att det agerandet i kören kommer naturligt och att hon inte tänker så mycket på det när hon leder. ”Jag reflekterar egentligen inte så mycket i stunden alls, hur jag har kroppsspråk eller hur jag ser på folk och sådär” (Körledaren).

Trots att körledaren beskriver att hon trivs så bra i ledarskapet framkommer det också att hon ibland grubblar över saker som hon upplevt gått mindre bra under någon körrepetition och att hon i efterhand kan vara självkritisk.

Körledaren tror inte att hon är annorlunda i rollen som ledare i de olika körer som hon leder, men säger att det musikaliska förberedelsearbetet skiljer sig åt och att körerna har olika karaktär. Hon beskriver Sinnesrokören som en kör som har ”repetitionerna i centrum” snarare än ett fokus på konserterande. Körsångarna i Sinnesrokören har generellt mindre erfarenhet av sång sen tidigare om man jämför med de andra körerna som hon leder, och instuderingsarbetet kan därför också se annorlunda ut och ta längre tid. Körledaren beskriver att hon bland annat jobbat mycket med att utveckla körens förmåga att sjunga flerstämmigt. Hon berättar att hon ibland känt en viss frustration över att vissa moment tagit längre tid och krävt mycket repetition men att kören gjort framsteg och syftet med kören aldrig varit att ”repertoaren ska bli hur stor som helst” (Körledaren).

### **5.3.3 KÖRLEDARENS SYN PÅ KÖRSÅNGARNA**

När körledaren pratar om sångarna i kören säger hon vid upprepade tillfällen att hon verkligen tycker om dem och uttrycker en tacksamhet och glädje över att få vara med

dem på måndagskvällarna. Ett exempel är när hon får frågan om råd till den som ska ta över kören.

...Det är ju så många härliga människor egentligen, svårt att förstå att alla bara samlas sådär en kväll i veckan och så, alltså det ju såna goingar som kommer hit, det är ju helt otroligt att få lov att träffa sådana goingar på det viset. (Körledaren)

Körledaren lyfter också körmedlemmarnas potential och berättar att en sak som gav inspiration till att starta kören var att besökarna på Sinnesromässan (som var de första körmedlemmarna) sjöng så fint i de gemensamma sångerna i gudstjänsterna.

### **5.3.4 KÖREN SOM EN MÖTESPLATS**

Ett annat av körledarens mål med kören är att den på olika sätt ska få vara en mötesplats för körmedlemmarna. ”Ja en mötesplats, en mötesplats, man möter varandra, man möter, man möts i musiken, man möter musik, man möter, man möter kanske Gud i det här kapellet eller i, i sin, i gemenskapen” (Körledaren).

Att mötas i musiken och skapa något tillsammans är en aspekt av målet att låta kören vara en mötesplats som körledaren återkommer till flera gånger under intervjun. Det är också en av de saker som hon såg som en drivkraft till att starta kören. Hon hade varit musiker på sinnesromässorna och kände att hon trivdes väldigt bra i sammanhanget.

Jag kände att men av med dom här människorna vill jag vara mer, jag vill umgås mer med dom här människorna, jag vill skapa med dom och, och jag såg liksom också tyckte jag ett behov av att få sjunga mer. (Körledaren)

När körledaren berättar vad hon kommer att sakna när hon ska lämna över kören är också skapandet tillsammans med körmedlemmarna en av de sakerna som hon tar upp. Även behovet som hon uppfattade beskriver hon som en motivation till starta kören.

Körledaren beskriver att hon kan vara flexibel och känna efter i stunden vad som funkar i sitt ledarskap i Sinnesrokören. Hon tycker att hon kan ”följa sin intuition” under körrepetitionerna i större utsträckning än i de andra körerna som hon leder. Känslan av att kunna ”lita på sin magkänsla” kopplar körledaren delvis till att hon upplevde att startandet av kören kändes ”välkommet”, och berättar att det gjorde att hon kände sig trygg med kören redan från början. Hon beskriver att hon ibland har gått ifrån den tänkta planeringen för repetitionen och till exempel lärt ut en annan låt en den hon hade

med sig från början för att det kändes rätt under uppsjungningen. Körledaren tror att även körmedlemmarna upplever att det inte ”är jätteuppstyrt” eller att hon har bestämt innan ”exakt vad som ska hända under kvällen” och beskriver det som att de ”följer varandra och försöker känna in vart man är” (Körledaren).

Ett praktiskt upplägg som möjliggör mötet körmedlemmar emellan – och även mellan körmedlemmar och körledare är timmen innan körrepetitionerna då kyrkan står öppen och en körmedlem fixar fika för dem som vill komma tidigt och umgås och prata. Även körledaren är där en timme innan, ibland pratar hon och umgås och annars förbereder hon körrepetitionen inne i kyrksalen där de övar. Då har hon alltid dörren öppen och körledaren berättar att ”folk kommer in och man snackar lite och sådär”. Hon beskriver upplägget som en chans att ”fördjupa relationer lite”, och säger också att mötet med individerna och att lära känna dem är det roligaste med kören.

Körledaren uttrycker att hon som ledare inte vill känna sig över gruppen på något sätt, utan att hon istället vill vara en del av gruppen.

...Jag har inget behov egentligen av att visa att jag är någonstans och sen har vi min lilla grupp här utan jag känner väl också att jag vill vara en del av den gruppen på något sätt som en social grej också. Det är ju det mycket som körerna blir, det blir ju också ens vänner eller liksom dom man träffar över en vecka så är ju dom man träffar i kören, dom är ju, dom mötena blir ju oftast väldigt betydelsefulla om man mäter andra typer av möten under veckan, dom här är kontinuerliga, dom återkommer sådär så jag tror bara att det blir ett sätt för mig att, att försöka göra det bra för mig själv i arbetssituation eller mitt uppdrag då att göra det som mig själv och inte pressa mig till någonting som känns fel. (Körledaren)

Det är tydligt att relationerna till körmedlemmarna är viktiga för körledaren, och att hon sätter stort värde på mötet med dem och att hon inkluderar sig själv i målet att kören ska få vara en mötesplats. Det körledaren beskriver ovan, det flexibla ledarskapet och hur körledaren ser på – och bygger relationerna med körmedlemmarna tolkar jag som något som skapar förutsättning för att körrepetitionerna ska kunna bli ett forum där körledaren och kördeltagarna möts i musiken och skapar tillsammans.

### 5.3.5 KÖREN SOM STÄRKANDE

Att körmedlemmarna ”ska bli sedda” och ”känna sig påfyllda” är mål som körledaren formulerar under intervjun, och att uppmuntra och stärka personerna i kören ser hon som bland det viktigaste sin roll som ledare för Sinnesrokören.

...Alltså att uppmuntra, sen får man kanske inte uppmuntra för mycket, för då blir det liksom jättejobbigt om man ska uppmuntra hela tiden, men alltså att ändå att man uppmuntrar och berömmar, liksom att man stärker, försöker stärka med det man gör och det man säger och låter dom som är här, försöker få dom att känna sig sedda, försöka få dom att må bra... (Körledaren)

I citatet ovan beskriver körledaren att det uppmuntrande, stärkande arbetet i ledarrollen innefattar både ord och handling. Att jobba för att kören ska ha roligt tillsammans och att miljön är god och avslappnad är också saker som körledaren tar upp som viktigt i rollen som ledare för kören i samband med att hon pratar om det viktiga i att uppmuntra och stärka. Jag tolkar det som enskilda mål, men också som förutsättningar för att kören ska kunna vara en plats där ”man får vara nära sig själv på något sätt och vara varandra nära” - och för att körarbetet ska vara stärkande. Att medlemmarna ska få vara sig själva och varandra nära är även det något som körledaren tar upp som kan kopplas till den stärkande aspekten av körledarens jobb med kören. Körledaren säger också att hon ”vill att dom också ska få lov att känna på att det är viktigt att kunna koncentrera sig” och att hon i större och större utsträckning uppmuntrar deltagarna att lyssna på stämmor och öva mellan repetitionerna. På så sätt uttrycker körledaren att hon också ser det musikaliska arbetet som ett möjligt redskap för att kunna stärka deltagarna.

Körinformerarna framhäver under intervjuerna att körledaren får dem att känna sig stärkta på olika sätt, bland annat att hon lyckas med målet att få personerna i kören att känna sig sedda.

Och jag tycker att körledaren kan inte nog framhävas heller, för att hon har en, dels är hon (en) fantastisk pedagog, sen har hon en förmåga att alla blir sedda och hörda och omedelbart känner sig välkomna i kören (Informant 1).

Även informant 3 säger att bra på att ”se och känna av folk” (Informant 3). Informant 2 berättar att det var körledaren som fick informanten att vilja och framförallt våga gå med i kören. Hen beskriver också att körledaren får hen att våga under körrepetitionerna. ”Hon lockar ju fram så mycket genom rörelser och liksom bluuuuuuu,

(gör en uttrycksfull grimas) alltså sådär att våga” (Informant 2). Ytterligare en informant nämner körledaren som en av anledningarna till varför hen ville gå med kören från början.

### **5.3.6 EN ÖPPEN, TILLÅTANDE KÖR**

Något som kommer fram på olika sätt under intervjun är att körledaren vill att kören ska vara öppen och tillåtande. Att körmedlemmarna ”får vara sig själva i detta”, och att de känner ”att dom är välkomna” uttrycker körledaren som centralt. När hon berättar om hur kören fungerar märks det att kören är uppbyggd för att främja det syftet.

Alla får vara med, vem som helst får hoppa på när som helst, det är inga stängda dörrar utan alla som har varit med tidigare vet att det kan, ni kan komma tillbaka när ni vill, behöver inte hoppa på i början på en termin eller sådär utan kom när ni vill liksom och sådär. Tillåtande skulle jag säga, hoppas jag. (Körledaren)

En av körmedlemmarna ger i sin intervju ett exempel på hur körledarens mål att kören ska vara välkomnande yttrar sig i praktiken.

Man tas upp i gemenskapen väldigt, väldigt lätt och väldigt mycket tack vare körledaren, alltså jag har svårt med namn, men har körledaren hört vad en ny person heter två gånger så kan hon den personens namn, och det gör rätt mycket att man liksom kommunicerar med namnet på personen direkt, antar jag för att få den här gemenskaps känslan, och jag vet inte någon som har varit med vid ett enda repetitionsfälle och sen inte kommit tillbaka (Informant 1).

En annan av informanterna ger ett annat exempel när hen berättar om att körledaren spelar in låtarna de jobbar med på kören och skickar till alla så att körmedlemmarna får materialet även om de inte kan vara med på repetitionen. Informanten berättar att hen missat ett antal repetitioner under läsåret av olika skäl och att körledarens utskick gjort att hen kände att hen ”var med ändå på något vis” (informant 2).

### **5.3.7 SÅNGEN SOM EN HELHET**

När körledaren pratar om sång och sina mål med kören blir målar hon upp bilden av sången som en helhet som innefattar både kropp och själ.

Att sjunga tillsammans med andra, att sjunga själv, det är både en fysisk och liksom en spirituell upplevelse av att sjunga själv och sjunga tillsammans, lyssna in en annan människas sångröst, och lyssna på sin egen röst och andas tillsammans



och sådär. (Körledaren)

Hon uttrycker också att hon tror att sång har positiva effekter som också dessa påverkar hela människan. ”Jag tror att det är bra för både kroppen och själen liksom, det som vi gör” (Körledaren).

### **5.3.8 KÖREN SOM EN FRISTAD**

Körledaren beskriver att hon ser kören som en fristad, dit både hon och körmedlemmarna kan komma och släppa världen utanför och eventuell oro och rädsla för ett tag, och hon uttrycker en tacksamhet över det för egen del. Hon beskriver att sångerna gärna får ha ”sambandsengagemang och kamp”, men att man får lov att ”släppa det här på något sätt” och att det är okej att bara ”vara tillsammans i två timmar”. (Körledaren)

### **5.3.9 KÖRSÅNGEN SOM EN VENTIL**

Körledaren säger att hon tror att all körsång kan vara en ventil i vardagen och att det kanske kan vara extra mycket så för deltagarna i Sinnesrokören. Hon uttalar också att körsången potentiellt kan göra att körsångarna ”får utlopp för energier som man går och har lagrat” (Körledaren).

## **5.4 Resultat av observation**

Nedan presenteras det observationsresultat som svarar mot forskningsfråga 2. Avsnittet handlar om körledaren och hur hennes ledarskap syns i praktiken.

### **5.4.1 DET MUSIKALISKA LEDARSKAPET**

De båda första körtillfällena har jag noterat att en mycket stor del av körens två repetitionstimmar består av faktiskt sjungande. Vid ett tillfälle har jag även skrivit att de inte pratar någonting om annat än sången. Kören sjunger allt utantill alla gånger.

Vid samtliga körrepetitioner som jag observerat har jag beskrivit hur körledaren har en mycket hög musikalisk kvalitet i det hon gör. ”Det är väldigt hög musikalisk kvalitet på allt som förevisas / spelas / sjungs” (Observationstillfälle 2) Jag har också varje gång

skrivit anteckningar om hur bra körledaren spelar piano, att det svänger. ”Blir helt ställd av hur bra piano hon spelar – *varje gång*” (observationstillfälle 4).

Körledaren jobbar med sångteknik och använder sig av sångtekniska begrepp när hon pratar med kören. Vid observationstillfälle 2 har jag skrivit: ”Körledaren pratar på ett sätt som är lätt att förstå, men jobbar ändå med lite svårare sångtekniska saker – lätthet på höjden till exempel”. Jag uppfattar det alltså som att körledaren förklarar teknik så att det blir lätt att ta till sig. Hon använder även musikteoretiska begrepp kopplat till körsången.

”Vi ska sjunga stämmor, helt parallella, och det har ni gjort förut, så det vet vi ju nu att ni klarar galant”. Uppmuntrar, använder sig också av begreppet parallella stämmor.

Körmedlemmarna får välja stämma själva”. (Observationstillfälle 3) Att körledaren är noggrann i det musikaliska instuderingsarbetet, förklarar på olika sätt och repeterar tills materialet fungerar har jag skrivit anteckningar om vid samtliga observationstillfällen. ”Körledaren är noga med timing. Är över huvud taget noga. Fångar upp om det inte är rätt, repeterar och tar om (Observationstillfälle 2).

Körledaren använder sig mycket av kroppen i det musikaliska arbetet vid samtliga körrepetitioner som jag observerat. ”Körledaren markerar, trummar, är rytmen med hela kroppen, går den, stampar den. Det är lite som en dans” (Observationstillfälle 2). Hon använder också kroppen som ett sätt att tydliggöra och visa på ytterligare ett sätt. ”Körledaren visar på flera sätt, väldigt, väldigt tydligt. Visar tonhöjd med handen, visar text, visar pulsen med kroppen, klappar med i rytmer, går runt bland stämmorna och sjunger med (Observationstillfälle 1).

Text och textens innehåll är något som jag under observationerna funnit centralt i körledarens arbete. Ibland pratar hon om textens innehåll och ibland om ibland presenterar hon den utan kommentar.

Hon pratar inte om innehållet *i* texten, men pratar texten på ett sånt sätt att i alla fall jag blir väldigt medveten om innehållet. Man skulle nästan kunna säga att hon reciterar texten. Förstärker med handrörelser och gester” (observationstillfälle 1).

Körledaren har ofta en personlig ingång när hon ska presentera nytt låtmaterial eller ta upp någon gammal låt, vid fyra av fem observationstillfällen har jag skrivit anteckningar om det. Ett exempel är när hon introducerar ”hoppets sång”, hon säger då:

”Jag tror att hoppet är något vi måste jobba för, att det inte är något som kommer till oss, utan att vi måste jobba för att hålla det vid liv” (Observationstillfälle 2).

Vid ett tillfälle ändrar körledaren spontant en ton i en stämma.

Körledaren visar tydligt att hon har roligt! ”Älskar den nya tonen så mycket!” Går igång på ändringen, ALLA sveps med. En körmedlem säger: ”jag har aldrig sett dig så glad!”. Alla skrattar. Så pratar de plötsligt om den 6:e skaltonen och hur den låter (Observationstillfälle 4).

Här uppfattar jag det som att det är körledarens egna kärlek till musik och stämsång som visar sig. Vid båda de första observationstillfällena har jag beskrivit ”ett flöde” i körrepetitionerna med ”ytterst få pauser”.

Körledaren spelar samtidigt som hon pratar, det finns ett flöde genom övningen som sällan bryts. Det är som att det är en puls som hela tiden går. I olika tempo och intensitet, men den går hela tiden.(Observationstillfälle 2)

Här har jag också beskrivit flödet genom repetitionen som ”en puls”.

## **5.4.2 KÖRLEDAREN**

Jag har vid flera tillfällen skrivit anteckningar om att jag uppfattar att körledaren utstrålar glädje och även värme och lugn. ”Jag upplever att hon utstrålar ett lugn och en glädje som liksom bubblar upp. En bakomliggande glädje och en värme hela tiden” (Observationstillfälle 1). Vid observationstillfälle 2 har jag skrivit ”Körledaren förmedlar massor av energi i kombination med ett lugn. En grundad glädje”. Gången därpå står det i anteckningarna att körledaren presenterar låtmaterialet så att ”jag verkligen får lust att sjunga det!” (Observationstillfälle 3). Det som hon förmedlar påverkar alltså även mig som inte aktivt deltar i repetitionen utan sitter bredvid. Om hur jag uppfattar körledaren i sin roll har antecknat ”Hon verkar trivas så bra i situationen!” och ”det känns som att hon är där med hela sig (Observationstillfälle 5). Vid observationstillfälle 2 har jag skrivit att körledaren ”har gruppen i sin hand”.

## **5.4.3 KÖRLEDARENS KOMMUNIKATION**

I mina observationsanteckningar har jag noterat olika saker som är kopplat till körledarens kommunikation med kören. En sådan sak är körens placering och hur körledaren förhåller sig till den. Kören är alltid placerad i en ring under repetitionerna. Körmedlemmarna har inga fasta stämmor eller placeringar i ringen, de sitter på olika

ställen varje gång och sjunger olika stämmor på olika sånger. Det innebär också att de byter plats under repetitionerna och sjunger med olika personer. Även körledaren befinner sig på olika ställen under körrepetitionerna, hon börjar varje körtillfälle sittande i ringen, på olika platser varje gång. Även under repetitionerna sitter hon ibland på olika platser i ringen, bredvid olika personer. Körledaren växlar mellan att använda gitarr och piano i körledningen och leder en hel del stående och gående i ringen, med gitarren men även a cappella. Att körledaren genomgående har en kommunikation med kören är något som är återkommande i mina anteckningar.

När hon spelar piano står hon ofta upp. Hon har inget notställ, tittar inte ner på sina händer när hon spelar, jag upplever det som att hon har en konstant kommunikation med körmedlemmarna (Observationstillfälle 1).

Vid observationstillfälle 2 har jag formulerat det jag sett såhär:

Börjar igen som en i ringen. Rör sig mellan pianot och golvet, använder sig också av gitarren, sitter på en helt annan plats i ringen under utläringen av en ny låt. Gitarren gör att det blir ännu mindre avstånd mellan henne och kören. Direktkommunikationen är hela tiden där och verkar vara ett ytterst medvetet val. Inga noter, ständigt energin framåt. (Observationstillfälle 2)

Här har jag också kopplat körledarens kommunikation med energi och jag nämner även det faktum att kören inte har några noter som något som underlättar för kommunikationen. Att körledaren kan körmedlemmarnas namn och använder namnen när hon till exempel ställer frågor är något som jag skrivit anteckningar om vid mer än ett tillfälle. Något annat som jag noterat kopplat till hur körledaren tilltalar medlemmarna är att hon avslutar den tredje repetitionen jag observerar genom att säga: "Vänner tack för ikväll" (Observationstillfälle 3).

Vid första observationen är det en ny körmedlem som är där för första gången, och jag har antecknat att körledaren kan även hens namn. Körledaren ställer frågor till kören låter dem få vara med och tycka mycket, exempelvis vilken sång de ska börja repetitionen med och vilka låtar som ska vara med på konserten som kommer. Jag har också formulerat att körledaren är "lyhörd för gruppen och följsam i stunden" och att hon "fångar upp och ser". Ett exempel är en anteckning från observationstillfälle 2.

När de går igenom en understämma sjunger de körmedlemmarna ett annat sätt än körledaren på ett ställe. - Eller var det ner där? Säger hon då. Visar att hon tycker att de är kompetenta, att hon lyssnar. Att det kan vara hon som minns fel. Sen gör dom som körmedlemmarna sjöng. (Observationstillfälle 2)

Här har jag också dragit en parallell mellan körledarens lyhördhet och att hon ser körmedlemmarna som kompetenta. Även vid det sista observationstillfället har jag beskrivit att körledaren visar körmedlemmarna musikaliskt förtroende. En annan gång då jag upplevt att körledaren är lyhörd och fångar upp gruppen är vid ett tillfälle då en körmedlem väljer att inte delta i en övning tidigt under en repetition och går ut ur rummet, jag uppfattar att hen tycker att den är jobbig på något sätt. I övningen ska körmedlemmarna gå runt i rummet och förhålla sig till varandra på olika sätt, bland annat ha ögonkontakt.

Körledaren säger inget om händelsen och avbryter inte, frågar inte. Men hon säger till alla när de går vidare med sånguppvärmning att: det kanske var en lite jobbig övning den första, jag borde kanske ha mjukat upp er lite först. På så sätt upplever jag att hon verkligen bekräftar hen som tyckte att det var jobbigt genom att lägga märke till det och ta ansvar för det som ledare. Utan att det behöver bli en grej av det för någon. (Observationstillfälle 2)

#### **5.4.4 FEEDBACK OCH UPPMUNTRAN**

Vid samtliga tillfällen har jag gjort anteckningar om hur körledaren bekräftar och berömmar kören. Jag har alla gångerna lyft fram framförallt två saker, det ena är att hon ”berömmar när det verkligen låter bra”, när ”det sker en förbättring” och på de ställen där ”det är befogat”. Det andra som jag skrivit varje gång är att jag upplever att berömmet känns genuint och ärligt. Vid observationstillfälle 2 har jag skrivit att formulerat mig såhär kring körledarens feedback.

Berömmar bara det som är bra, när det sker en förbättring, när resultatet är bra. Inte annars. Jag upplever det som att det gör henne extremt trovärdig. Det blir tyngd i orden. Flera deltagare visar tydligt genom att le att de blir glada av det beröm som hon ger. Körledaren bekräftar och är positiv även när hon inte berömmar. Men av vad jag hör säger hon aldrig bra om det inte finns något som hon ärligt tycker är bra. Men hon bekräftar som sagt. Vid ett tillfälle säger hon till exempel: Inte dumt, det kommer. (Observationstillfälle 2)

Här har jag också uppfattat det som att kördeltagarna blir glada av körledarens beröm. Exempel på hur körledaren formulerar berömmet är: ”jag är mycket imponerad av er, det låter väldigt bra!” (observationstillfälle 4) och ”va fint ni sjunger, underbart!” (Observationstillfälle 3). Ett annat sätt som körledaren bekräftar körmedlemmarna på är genom att uttrycka att hon själv uppskattar körövningarna, vid observationstillfälle 2 säger hon: ”vilken känsla det är att få stå och sjunga såhär med er på en vanlig måndag, det är inte alla som har sån tur” (Observationstillfälle 2). Vid ett par tillfällen har jag i mina anteckningar beskrivit hur körledaren också bekräftar enskilda individer i kören.

Ena gången uppfattar jag en ordlös bekräftelse mellan körledaren och en körmedlem, och andra gången säger körledaren: ”Du öppnar upp ditt ansikte så fint när du sjunger!” (observationstillfälle 5) till en körmedlem som hon också nämner vid namn. Den gången har jag skrivit att personen som får bekräftelsen annars inte tar så mycket plats under körrepen. Jag har uppfattat och noterat att körledaren ställer musikaliska krav i kombination med uppmuntran, vid ett tillfälle säger hon till exempel: ”nu är det dags att steppa upp melodistämman, eller hur?” (observationstillfälle 2). Vid den repetitionen har jag skrivit att jag upplever det som att ”kraven som verkar vara på helt rätt nivå skapar en känsla av kompetens” och att ”hon utmanar dem och tror att de ska klara det” (observationstillfälle 2).

## 5.5 Resultat av intervju

I följande avsnitt presenteras de faktorer som studien har funnit spelar roll för hur körmedlemmarna upplever att kören påverkar dem. Det som har framkommit är att dessa faktorer är ledarskapet, körens bakgrund och körsången i ett helhetsperspektiv där det kroppsliga är viktigt.

### 5.5.1 LEDARSKAPET

Att körledaren och hennes sätt att leda kören har betydelse för hur körmedlemmarna upplever att kören påverkar dem framgår tydligt i intervjuerna med körinformaterna. En del av vad de sagt kring det presenterades i avsnitt 5.3.5 och 5.3.6 och där berättar körmedlemmar att körledaren fått dem att våga, fått dem att känna sig sedda och välkomna och till och med haft en stor del i att två av dem velat gå med i kören.

För att bara se henne, hon sprudlar ju denna tjej, hon är *helt* otrolig. Så att jag tror det var mycket bara hennes sätt att vara som fick mig att vilja mer och mer för var gång jag lyssnade. (informant 2)

Samtliga informanter lyfter fram och understryker på dessa och flera andra sätt körledaren och vad hon betyder. Informant 4 understryker hur körledarens sätt att leda underlättar inläringen.

...Sen så tycker jag att vår körledare då är jättefantastisk alltså hon är jättehärlig. Hon har ett väldigt pedagogiskt sätt att lära ut, speciellt till dem som inte då har sjungit alls tidigare, så dom lär sig väldigt fort, det tycker jag är bra. (Informant 4)

Informant 1 säger att köredalerens ”energi och engagemang och kunskaper” bidrar till att kören blir kravlös, rolig och trevlig, och hen säger också att ”kören lever med körledaren” (Informant 1).

## 5.5.2 KÖRENS BAKGRUND

Under alla intervjuer, både de med kördeltagarna och den med körledaren framgår det att körens historia, vad den är sprungen ur har betydelse för vad kören är och ger. Kopplingen till sinnesromässan och AA tas upp av alla informanterna oavsett om de själva har en historia av missbruk eller inte. En av informanterna som berättar att hen är nykter alkoholist betonar att kören inte på något sätt är en förlängning av AA, och att den fyller andra funktioner än vad mötena gör men säger att: ”jag har haft nytta av min egen historia många gånger inte minst när jag har mött människor i samma situation efter jag själv kom i ett rejält tillfrisknande” (Informant 1). Körledaren formulerar också att en den bakgrund i missbruk som en del av körsångarna delar för med sig positiva saker, och hon beskriver det som en faktor som gjort att kören blivit vad den är.

...Det finns något vackert i det här att man har uttalat det som en sinnesrokör, för att det blir som att, det är jättesvårt att förklara, men det händer ju någonting med varandra när vi gör saker tillsammans, någonting annat när vi också har lite kunskap om varandra, om vilka vi är och det behöver ju inte säga så mycket om en person att han eller hon kommer från sinnesromässan eller tolvstegsprogram, men det är en sårbarhet som många av dom här människorna delar med varandra, och en uppriktighet i livet som jag inte möter på så många andra ställen i mitt liv// ...jag tycker att det är väldigt sällan som man möter den här genuina sårbarheten och ärligheten som kan finnas hos den här gruppen, och det var därför jag blev så förälskad i den här sinnesromässan för jag kände det att här får man vara den man är, och man får lov att finnas tillsammans och vara medveten om varandras historia på något sätt, varandras berättelser, att vi alla bär på berättelser, det tycker jag har blivit väldigt tydligt. Så det är någonting med den här gemenskapen som jag upplever går lite djupare än andra körer som jag har lett// här är på något sätt, det är en grundton som fanns från början som säger väl någonting om vad den här kören vill. (Körledaren)

Körledaren beskriver det positiva som kören har fått i och med sin bakgrund i sinnesromässan och kopplingen till AA som en grundton som finns i kören och bidrar till att gemenskapen i kören går djupare än i andra körer. Hon beskriver det som en äkthet och en sårbarhet som finns i gruppen och bidrar till ett tillåtande klimat. Att körens ursprung bidrar till ett tillåtande klimat menar även informant 4.

Just därför att det är här där det är och att det är Sinnesrokören och på något sätt så känns det mer tillåtande att man är den man är. Just precis i den här kören. Just för att det är en del före detta missbrukare och blandat så där som kanske inte har sjungit så mycket tidigare heller. Alla är väldigt ödmjuka tycker jag. (Informant 4)

I början av citatet säger informanten också att körens lokal som är en kyrksal där även sinnesromässorna hålls bidrar till det tillåtande klimatet. En annan av informanterna som beskriver att hen upplever att körrepetitionerna ”är fria från stress och frustration från världen utanför” (Informant 3) är även hen inne samma spår. ”Många av oss är från sinnesromässan och har erfarenheter av livet på olika sätt, och när man kan möta det på ett bra sätt som vi möter varandra, då ger det en sån känsla” (Informant 3).

### **5.5.3 KÖRSÅNGEN SOM EN HELHET – KROPPSLIG ASPEKT**

Samtliga nämner en kroppslig aspekt när de pratar om körsången och hur körsången påverkar. En informant beskriver att det faktum att de använder hela kroppen när de sjunger i kören och inte bara ”står där rätt upp och ner och sjunger” gör att ”glädjen kommer på ett helt annat sätt” (Informant 2). Informant 3 säger att hen känner sig hel när hen sjunger för att hela kroppen är involverad.

Jag känner mig hel, jag känner att hela kroppen är med, mer än när man bara pratar// ...när man sjunger så gör man ju det med hela kroppen, och dessutom med andra bitar av hjärnan än när man bara pratar, dom musikaliska bitarna och så, och i lyssnandet, med körsången speciellt att man lyssnar in varandra och så, men även när man bara sjunger, som när man bara sjunger på söndagen i kyrkan till exempel...(Informant 3).

I citatet beskriver informanten också ett större kroppsligt perspektiv som även inkluderar hur hjärnan aktiveras och nämner också specifikt inlyssnandet av de andra körsångarna som en anledning till det. De övriga två körinformanterna nämner kroppen som en hamn för de positiva känslorna som kören för med sig. Informant beskriver att det egna deltagandet i körsången ger ”en annan dimension” som gör att känslan efter kören som hen liknar vid ett rus och ser som något själsligt ”fastnar inne i kroppen någonstans” (Informant 1). Informant 4 beskriver att hen ”mår väldigt bra” när hen sjunger och ett hen efteråt får både en energihöjning och ett lugn i kroppen. ”Det är en höjning av energin kan man säga, och så ändå är det ett lugn liksom, man är harmonisk, mår bra” (Informant 4). Även körledaren tar upp sången som en helhet som involverar kroppen.

Det är både en fysisk och liksom en spirituellt upplevelse av att sjunga själv och sjunga tillsammans, lyssna in en annan människas sångröst, och lyssna på sin egen



röst och andas tillsammans och liksom sådär (Körledaren).

Hen tar också precis som informant 2 upp lyssnandet.

## **5.6 Resultat av observation**

I kommande avsnitt presenteras det observationsresultat som svarar mot forskningsfråga 3.

### **5.6.1 KÖRSÅNGEN SOM EN HELHET – KROPPSLIG ASPEKT**

Under alla körrepetitioner har jag skrivit en eller flera anteckningar om hur körledaren använder kroppen i sitt ledarskap, och vid alla tillfällen utom ett har jag också skrivit anteckningar om att deltagarna är engagerade med kroppen. I anteckningarna om körledaren handlar det mycket om att hon använder hela kroppen som ett verktyg i det musikaliska arbetet, då har jag bland annat beskrivit att hon ”visar tonhöjd med handen”, ”visar pulsen med kroppen”, ”klappar med i rytmer” och ”förstärker orden med rörelser”. Körledaren använder också vid ett tillfälle kroppen för att förtydliga när hon teoretiskt förklarar grundton och ters.

Körledaren pratar om grundton och ters – ”grundtonen är den man vill sätta sig på”. Sätter sig ner på golvet och manifesterar det hon pratar om med hela kroppen! -”Tersen är den som avgör om det är dur eller moll” (Observationstillfälle 3).

Att körledaren använder hela kroppen i sitt ledarskap och manifesterar pulsen i hela kroppen har jag också skrivit om vid varje körrepetition. Jag har bland annat skrivit att hon ”dansar rytmen med hela kroppen” (observationstillfälle 4) och vid ett annat tillfälle att hon ”förkroppsligar synkopen med hela sig” (Observationstillfälle 5). Vid det tredje observationstillfället har jag gjort anteckningar om att körmedlemmarna tar efter körledarens kroppsliga uttryck; ”precis som körledaren sätter vissa körmedlemmar betoningarna i kroppen” (Observationstillfälle 3). Vid samma tillfälle har jag också skrivit att ”många gungar med direkt när körledaren sätter igång pulsen”. Senare under samma observation har jag antecknat att stämningen stiger till ”lite partystämning” och har då också noterat att körmedlemmarna när det händer börjar göra större rörelser med kroppen, rörelser utanför ”det lilla gungandet” som var tidigare under samma repetition (Observationstillfälle 3). Även vid observationstillfälle 5 har jag kopplat körmedlemmarnas kroppsspråk till körledarens; ”Nästan alla har musiken i kroppen, är aktiva i kroppen som körledaren” (Observationstillfälle 5). I de andra anteckningarna om hur körsångarna använder kroppen har jag utöver det som presenterats ovan främst

noterat att de gör det och att ”det är många som rör sig mycket”. Vid det sista observationstillfället tar körledaren också en kroppslig aspekt av sången med körmedlemmarna, hon frågar dem bland annat; ”Kan man se ut som det man sjunger? Uttrycka med hela kroppen och ansiktet det man sjunger?” (Observationstillfälle 5). När hon tar upp ämnet igen vid samma repetition och precis innan de ska sjunga en sång riktar frågan till dem på ett mer direkt sätt; ”kan ni se ut som ni låter?”, får det effekten att kördeltagarna börjar ”röra sig mer” och ”ta mer plats med kroppsspråket”. Kopplat till det har jag också gjort anteckningar om skratt, att de skrattar mycket vid tillfället (Observationstillfälle 5).

## **5.7 Sammanfattning**

Resultatet visar att körmedlemmarna i Sinnesrokören upplever att körsången påverkar dem positivt. Glädje, gemenskap, andliga upplevelser, energi och lugn är saker som de tar upp att körsången ger. Glädjen och gemenskapen har jag också upplevt att jag sett under mina observationer av kören. Körsången kan också fungera som ett sätt att få uttrycka sig och ventilera känslor. Sammanfattat kan man säga att körsången bidrar till ett ökat välmående som körmedlemmarna också uttrycker finns kvar efter repetitionerna. Hur länge varierar lite, känslorna stannar vissa flera dagar och någon annan gör körsången att hen sover gott på kvällen efter körrepet.

Körledaren har mål för kören som handlar om att den ska vara en öppen tillåtande plats, en fristad. Hon har självvårdande, musikdiakonala perspektiv och vill att kören ska vara en mötesplats där körmedlemmarna ska kunna möta sig själva, varandra och kanske även gud. Hon vill också att körsången ska få vara stärkande och läkande, och det informanterna säger visar på att kören kan ha en stärkande effekt på bland annat självförtroendet. Under observationerna har jag också sett hur körledaren jobbar stärkande genom att ge feedback som jag uppfattar som trovärdig och ärlig för att körledaren genuint verkar mena det hon säger, och dessutom berömmar när det låter extra bra eller sker en utveckling. Jag har under observationerna noterat att kören sjunger en stor del av körrepetitionerna och att kvaliteten på det körledarens musikaliska arbete med kören är hög. Körinformanterna uppger också att de utvecklats musikaliskt och att det hör ihop med att självförtroendet växer av körsången. Körledaren använder är väldigt aktiv i kroppen i sitt ledarskap, hon uppger att hon trivs i ledarrollen och att det hon gör känns naturligt. Att hon verkar trivas i rollen har jag

också noterat under observationerna, jag har beskrivit att hon utstrålar glädje, lugn och energi. Jag har också antecknat att koncentrationen verkar vara hög och att körmedlemmarna lyssnar på varandra. Att körledaren är aktiv i kroppen ”smittar av sig” på körsångarna, och att körsången aktiverar och inkluderar hela kroppen är något som körmedlemmarna uppger spelar roll för hur de upplever att körsången påverkar dem. En säger bland annat att det gör att glädjen som körsången ger blir starkare. Körens bakgrund, kopplingarna till AA och att en del av medlemmarna har en historia av missbruk uttrycker körledaren och två av informanterna spelar roll för att kören är det den är. De menar att det har satt en positiv prägel på kören som bidrar vad körsången ger. Samtliga körsångare uppger att det finns en koppling mellan sinnesro och sången i kören, och alla tar upp kopplingen till Sinnesromässan.

## 6. Resultatdiskussion och slutsats

I det här kapitlet diskuteras studiens resultat kopplat till litteraturen. De slutsatser som dras hjälper till att besvara undersökningens forskningsfrågor.

### 6.1 Hur körsången påverkar

Samtliga informanter i studien uppger på ett tydligt sätt att körsången påverkar dem positivt på en rad olika sätt. Vad kören ger upplevs och formuleras lite olika av informanterna, men likheterna är ändå slående. Samtliga av de huvudteman som jag funnit ringar in den upplevda påverkan finns med när Ruud (1997) presenterar varför musik kan ses som en viktig faktor i vårt identitetsskapande. Utifrån likheterna mellan hans forskning och resultatet av den här studien skulle man kunna dra slutsatsen att Sinnesrokören potentiellt spelar en stor roll i medlemmarnas identitetsskapandet. Det skulle kanske kunna kännas som en främmande tanke för vissa eftersom att Sinnesrokören är en kör med vuxna körsångare, men Ruud (1997) menar att identiteten inte är något konstant utan skapas under hela livet. Musikens förmåga att väcka starka känslor är något som Ruud (1997) tar upp som en orsak till att musiken spelar roll för identitetsbyggandet, och det råder ingen tvekan om att körsången väcker starka känslor hos sångarna i Sinnesrokören. Det har varit påtagligt för mig vid varje observationstillfälle.

Stunder då upplevelsen av musik blir extra stark har Ruud (1997) och Gabrielsson och Lindström valt att benämna som just starka musikupplevelser istället för att använda Maslows begrepp för detta (som dock inte endast handlar om upplevelser kopplade till musik): höjdpunktsupplevelser (Gabrielsson & Lindström, 1994 i Ruud, 1997, Maslow, 1970 i Ruud, 1997). Det har de gjort för att de funnit att sådana erfarenheter kan väcka både positiva och negativa känslor. Bland de negativa känslorna nämner de bland annat rädsla, ångest och sorg (Gabrielsson & Lindström, 1994 i Ruud, 1997). I mina intervjuer har negativa känslor kopplade till körsången varit nästan obefintligt förekommande medan berättelserna om de positiva känslorna, och då framförallt glädjen som körsången ger är desto fler. I mitt observationsresultat är de positiva känslorna lika dominerande. Vid ett enda tillfälle uppfattar jag det som att en körmedlem tycker att en övning är för intensiv och att det blir jobbigt, annars är glädjen, den härliga stämningen och alla skratt det som fyllt mina observationsanteckningar.

Den känsla som finns med både bland Gabrielssons och Lindströms exempel på negativa känslor som starka musikupplevelser kan skapa och i mitt resultat är sorg (Gabrielsson och Lindström, 1994, i Ruud, 1997). Det är under en intervju som en körinformant berättar om en gång då körsången framkallade sorg och tårar för att låten de sjöng gjorde att hen tänkte på farmodern som gått bort. Informanten beskriver dock inte händelsen som negativ, utan snarare tvärtom. Och när körledaren berättar om att det hänt många gånger under körrepetitioner att körmedlemmar börjat gråta säger hon att hon uppfattat det som ”bra tårar”. Ruud (1997) beskriver musik som ett redskap för att få ventilerat känslor vi har inom oss, en möjlighet att få göra dem tydliga för oss själva och artikulera dem. Han säger också att detta kan vara bra för oss och ha en terapeutisk effekt som till och med hjälpa oss genom svårigheter. Sett ur den synvinkeln skulle de känslor som Gabrielsson och Lindström (i Ruud, 1997) beskriver som negativa kunna vara symptom för något positivt. Att känslorna är negativa skulle alltså inte behöva vara lika med att de representerar något negativt. Begreppet höjdpunktsupplevelser rymmer då potentiellt även de till synes negativa känslorna. Maslow menar att vi är allra mest oss själva, allra närmst vår identitet i det som han kallar höjdpunktsupplevelser (Maslow, 1970 i Ruud, 1997). Om det är så kan man tänka sig att alla de känslor som musik väcker, oavsett om de är positiva eller negativa redan finns i oss, och att musiken inte skapar känslor utan väcker redan befintliga till liv och förstärker dem. Men kanske är det trots allt så att om en person av olika anledningar inte är redo för, eller har redskap att hantera de känslor som musiken väcker så blir den starka musikupplevelsen en rakt igenom negativ och ångestladdad erfarenhet för individen. Oavsett så tycker jag att musikens- och då också musikundervisningens och körens förmåga att väcka så stora känslor åt båda hållen (som både denna studien och forskningen som presenteras i kapitel 3 visar på) gör att vår roll som musikpedagoger i olika sammanhang innebär ett stort ansvar. Jag tycker att det kräver av oss som musikpedagoger att vi är medvetna om vad musiken kan röra upp i de elever eller körmedlemmar som vi möter. För även om vi som Johansson (2005) säger varken kan eller bör påverka allt som sker i de grupper och individer som vi möter så tror jag precis som Palmer och Quadros (2012) att vi som pedagoger inom musik har en möjlighet att skapa en miljö där musiken framförallt blir ett positivt starkt uttrycksmedel som ger värdefulla effekter kanske till och med ringar på vattnet som gör världen till en lite bättre plats. Följande citat är ett exempel från den

här studien där det framgår tydligt att körsången kan vara ett uttrycksmedel och att det kan ge positiva effekter:

Kör för mig har alltid varit samma, fyllt samma funktion så att säga, att det är andhål, ett ställe att komma och bara vara mig själv och uttrycka mig, jag har alltid varit väldigt tyst annars, men just när jag sjunger så har jag ganska stark röst och det är någonting som är mitt uttryck liksom. Så att där får jag tanka energi och så (Informant 4).

Bland de väldigt kraftfulla positiva känslor som Gabrielsson och Lindström nämner att starka upplevelser av musik kan frammana nämns eufori (Gabrielsson & Lindström, 1994 i Ruud, 2007). Både de och Ruud (1997), Lindström (2009) och Lilliestam (2009) med flera tar också upp att musiken kan ge andliga upplevelser av olika slag och karaktär. Informanterna i denna studien beskriver att körsången gett upplevelser av båda nämnda slag. En informant kopplar också ihop de euforiska känslor som hen beskriver som ”en kick” med något andligt. Det andliga och euforin upplevdes alltså som samma sak och inte två separata företeelser. Körinformanterna berättar att de upplever att sinnesro är kopplat till kören. Hur de hör ihop och innebörden av sinnesro förklarar på lite olika sätt, men beskrivningarna handlar om att duga som man är, ett lugn och frånvaro av oro och stress. Att körsången i Sinnesrokören innebär ett ”andhål” och ger lugn återkommer bland berättelserna om vad kören ger. Lugn finns också med bland de positiva känslor som Gabrielsson och Lindström funnit att starka musikupplevelser kan ge (Gabrielsson och Lindström, 1994, i Ruud, 1997)

## **6.2 Vad är det som gör att körsången påverkar?**

En sak som jag funnit väldigt intressant är att jag i studiens resultat upptäckt väldigt starka kopplingar mellan körledarens drivkrafter och mål, hennes syn på körsångens möjligheter - och hur informanterna faktiskt upplever att körsången påverkar dem. Ett exempel på detta är att körledaren säger att ett viktigt mål med kören är att den ska få vara själavårdande. Hon säger att det innebär att hon vill att den ska vara en plats där deltagarna får komma nära sig själva och varandra. En av informanterna uttrycker följande i sin intervju: ...”kör bidrar definitivt till sinnesro för du kommer väldigt nära dig själv i musiken, i sången, tillsammans med andra”... (Informant 1). I mina observationsanteckningar från den tredje körrepetitionen har jag skrivit: ”jag får en känsla av att det är så litet avstånd mellan deltagarna, så nära”.

Hur datan från de olika intervjuerna hänger ihop (och ofta även stöds av saker jag sett under observationerna) blev påfallande för mig under analysarbetet. Jag upplever att det

är som en röd tråd som löper genom resultatet. I detta exemplet finns det även ett lager till, när körledaren beskriver hur hon är i ledarrollen formulerar hon att hon också känner sig nära sig själv.

Jag tror att jag, när jag håller på därinne så är jag är väldigt nära mig själv. Jag är både nära mig själv, den som jag är som person och jag är också nära mig själv som den teaterapan jag är på något sätt, för den har jag också väldigt i mig på något sätt//... och jag tycker att allt som jag gör därinne gör jag för att det känns naturligt, det går lätt för mig att göra så. (Körledaren)

Även körledarens andra mål med kören har tydliga samband med vad informanterna säger att kören ger dem. Förutom det själavårdande syftet är körledarens mål att kören ska vara stärkande, öppen och tillåtande, och en plats där medlemmarna känner sig sedda och välkomna. Hon vill också att kören ska få vara läkande och upprättande, en mötesplats och en ventil i vardagen, samt en fristad där medlemmarna får släppa bekymmer och oro för en stund. Körledaren formulerar också att hon har musikaliska mål med kören, men det gör hon mer indirekt och hon säger att repetitionerna är det som är det centrala i kören, inte konserterande. Alla körledarens mål - utom det som handlar om att kören ska få vara läkande och upprättande - återfinns bland informanternas svar om vad kören är och ger dem. Trots att målet om läkande och upprättande inte uttrycks direkt tolkar jag det som att även det målet finns med. Det är inte svårt att göra kopplingar mellan det och till exempel glädjen som jag sett och fått beskriven för mig. Det här är kanske inte så uppseendeväckande, det är ju inte så konstigt att en körledare lyckas infria sina mål med den kör hon leder. Både Svedberg (2012) och Johansson (2005) poängterar också att grupper påverkas av sina ledare. Gruppens normer, miljö och sociala klimat är saker som de båda lyfter fram att ledaren har inverkan på. Detta går hand i hand med att de av körledarens mål som handlar om att kören ska vara öppen och välkomnande påverkar att körmedlemmarna uppfattar den så. Johansson (2005) säger att också ledarens mål påverkar gruppen, och även det talar för resultatet jag fått. Körinformanterna själva betonar även de körledarens betydelse för kören och understryker att hennes sätt att leda och vara gör väldigt mycket för att kören är det den är och påverkar dem positivt. Trots det tycker jag att mitt resultatets tydliga röda tråd mellan körledarens intentioner och mål och vad körmedlemmarna upplever att kören ger dem är väldigt spännande just för att målen är så specifika och handlar om andra saker än det musikaliska. De musikaliska resultatet är annars det första jag skulle tänkt på om någon frågade mig om vad målsättningar för en kör vanligtvis handlar om. Att sedan körinformanternas och körledarens formuleringarna är så påfallande lika gör

det ännu mer intressant tycker jag, för det indikerar att intentionerna hos körledaren potentiellt har en väldigt stor påverkan.

Vid mina observationer av kören har jag reagerat på att de musicerar en så stor del av tiden. Inte någon gång har de pratat om något som inte är kopplat till det musikaliska bortsett från sociala konversationer precis i inledningen eller under pauser. De samtalen har varit av mer personlig karaktär och till exempel handlat vad någon gjort under veckan och liknande. Körledaren uttrycker också under vår intervju att hon vill att kören ska vara en plats där man delar på andra sätt än genom att prata, att musiken ska få vara det verktyg som gör att kören blir givande på olika sätt. Trots att hon inte formulerat sina mål med kören för körmedlemmarna verkar hennes intentioner alltså ha gått fram på ett sådant sätt att de har stor betydelse för hur kören påverkar körsångarna. När körledaren i intervjun pratar om sina mål med kören och när hon kommer in på hur hon ser på körsång och vad det kan ge, framgår det att hon har en tydligt formulerad uppfattning om att kör har en stor potential att ge värden utöver de musikaliska. Hon tar bland annat precis som Ruud (1997) upp den andliga aspekten som körsången kan ge. Palmer och Quadros (2012) säger musikpedagogens inställning är avgörande för att den musikverksamhet som bedrivs ska kunna vara en samhällsförbättrande kraft med påverkan både på individen och samhället. Det skulle kunna tala för att även körledarens syn på körsång och dess potential i stort är en bidragande orsak till sångarna i Sinnesrokören upplever att de påverkas positivt av körsången. Det förutsätter att man ser körmedlemmarnas positiva upplevelser som potentiellt samhällsförbättrande, men det tycker jag att man kan.

Ruud (1997) säger att det är upplevelsen av musik och inte musiken i sig som bidrar till vårt skapande av en identitet på olika sätt och kan fördjupa och berika våra liv. Även Gabrielsson och Lindström har den starka upplevelsen av musiken i centrum (Gabrielsson och Lindström, 1994 i Ruud, 1997). Upplevelsen lyfts alltså fram som något centralt och skulle kunna tolkas som en av nycklarna till att musik och körsång blir en positiv kraft i utövarnas liv. Då blir fler frågor än de kring hur man lär ut musik - och utvecklar elevers eller körsångares musikkunskaper på bästa sätt viktiga för pedagoger inom musik. Hur gör man så att de musikverksamheter som man är ledare för blir forum för upplevelser av musik?



Den här studien har visat att Sinnesrokören är ett sammanhang där körsångarna får musikaliska upplevelser som påverkar dem positivt. Alltså verkar körledaren lyckas med att göra körsången till en upplevelse. Eftersom att hon gör det utan att formulera målen verbalt skulle man kunna anta att nycklar till att körsången blir en upplevelsen går att hitta i det körledaren faktiskt gör i praktiken i körledningen, i hennes handlingar. Svedberg (2012) tar upp en del ledarskapsforskare anser att just en ledares handlingar är det som borde studeras när man forskar på ledarskap. De menar att det är vad en ledare faktiskt gör i handlingar som utgör ledarskapet. Det finns flera saker som jag har sett i körledarens sätt att leda som jag tolkar som möjliga nycklar till att körsången blir en musikalisk upplevelse för körsångarna. En sådan sak är hur hon valt att ha kören placerad och strukturerad. Kören är alltid placerad i en ring. Pianot som körledaren mestadels leder ifrån står så att det också är en del i ringen. Körsångarna har inga fasta stämmor, utan har olika stämindelningar i de olika låtarna. De har heller inga bestämda platser i ringen, och de här två sakerna ihop gör att det är vanligt att körsångarna flyttar runt under körrepetitionerna och därmed också står bredvid – och sjunger med olika personer i kören. En annan strukturell sak som potentiellt bäddar för körsången blir en upplevelse är att kören inte har några noter och lär sig allt utantill. Det var också väldigt sällan under mina observationer som körledaren spelade efter noter. Ytterligare en sak som jag tolkat som en nyckel är körledaren placering i förhållande till kören under repetitionerna. Körledaren inledde alla de gångerna då jag observerade kören sittande på en av platserna i ringen. Under repetitionerna ledde hon sedan omväxlande från pianot, i ringen, a capella eller med gitarr i ringen. När hon ledde i ringen gjorde hon det antingen genom att stå eller gå i ringen, eller sittande på olika ställen med gitarren.

Anledningen till att jag tror att det som körledaren gör i de ovanstående exemplen är nycklar till att körsången blir en upplevelse, är att handlingarna underlättade för – och bidrog till kommunikationen mellan kördeltagarna och även mellan körledaren och körsångarna. Den direkta kommunikationen tror jag är en av de egentliga, större nycklarna till upplevelsen, och den möjliggjordes alltså vad jag kunde se av de faktorer som jag beskrivit ovan. Exempelvis gör valet att inte arbeta med noter att körsångarna inte blir avskärmade från varandra eller körledaren. De kan hela tiden ha ögonkontakt och rikta hela sin uppmärksamhet utåt.

En annan mer övergripande faktor som jag tror möjliggör att körsången blir en upplevelse är koncentration. Jag skulle också kunna kalla det för närvaro och/eller fokus. Dessa saker upplevde jag fanns i hög grad under alla Sinnesrokörens repetitioner. En av informanterna har också uppgett i en intervju att kören kräver koncentration och att det bidrar till att göra körsången till en andlig upplevelse. Det i körledarens agerande som jag upplevde gjorde att det körrepetitionerna präglades av närvaro, koncentration och fokus var kopplat till flöde genom övningarna och hög musikalisk kvalitet.

Flödet som körledaren höll från början till slutet av repetitionerna åstadkom hon bland annat genom att fortsätta att hålla igång pulsen i kroppen när hon förflyttade sig mellan till exempel pianot och golvet. Den enligt mig mycket höga kvaliteten på körledarens musikaliska arbete kören har jag beskrivit på flera olika sätt i mina observationsanteckningar, och det är något jag berört vid varje observationstillfälle. Jag har tagit upp att hon använder sig av sångtekniska begrepp och förklarar dem så att det är lätt att förstå, bland annat genom att visa på flera sätt. Jag har också beskrivit att hon är noggrann i det musikaliska arbetet och spelar piano så bra att jag blir ställd. Att kvaliteten på det musikaliska ledarskapet är en nyckel till att göra musiken till en upplevelse som kan ha positiva effekter stöds av sociologen Martin Stokes (Ruud, 1997). Stokes menar att den kvaliteten på en musikalisk aktivitet behöver vara hög för att musiken ska vara en faktor som ger social tillhörighet och kollektiva minnen (Ruud, 1997).

En tredje betydande faktor som jag tror möjliggör att körsången blir en upplevelse är engagemang, att körsångarna är engagerade och går upp i det dom gör helt enkelt. Jag tolkar det som att körledaren rent praktiskt har skapat engagemang hos körsångarna genom sitt sätt att tilltala dem, i sitt arbete med – och val av sånger, samt genom sitt använda kroppen i ledarskapet. Johansson (2005) tar upp engagemang som en av de egenskaper som ensembleledare bör sträva efter, han säger också att en ledare kan förmedla engagemang både genom verbal – och ickeverbal kommunikation (Johansson, 2005).

Körledaren tilltal till kören kännetecknas av uppmärksamhet och värme. Hon fördelar sin uppmärksamhet mellan körsångarna på ett sådant sätt så att jag under observationerna uppfattar det som att alla blir sedda. Just körledarens förmåga att se alla

i kören har två av informanterna tagit upp under intervjuerna. Detta gör körledaren genom att stå och gå så att hon tittar på alla och har ögonkontakt med dem flera gånger under repen. Hon kan allas namn även den gång då det är nya med på repetitionen. Hon tilltalar också körsångarna med namn ibland när hon ställer direkta frågor eller riktar direkt kommunikation till någon i kören, till exempel beröm. Jag har skrivit i mina anteckningar att hon formulerar beröm till kören på ett genuint sätt och att hon berömmar när det låter extra bra eller sker framsteg. Jag har också skrivit att hon ställer frågor till kören. Vid ett tillfälle avslutar hon repetitionen genom att säga ”vänner tack för ikväll” (Observationstillfälle 3). Körledaren säger att hon väljer låtar till kören som är berörande, upplyftande ”nära i sin karaktär”. Jag har skrivit i observationsanteckningar att hon presenterar låtarna med en personlig ingång, eller utan att säga något om texten reciterar den på ett sätt som gör att den kommer fram. Körledaren använder sig i väldigt stor utsträckning av kroppen i ledningen av kören. Jag har noterat vid mina observationer att körledaren har ”musiken i kroppen” och att hon använder kroppen till att förstärka bland annat texter och sångtekniska förklaringar, hålla igång pulsen och förstärka rytmen.

Svedberg (2012) tar som sagt upp forskare som säger just att en ledares handlingar utgör ledarskapet. Men han tar också upp att det bedrivs ledarskapsforskning som syftar till att ta reda på vilka personliga egenskaper som kännetecknar en bra ledare, det sättet att se på det utgår ifrån att visa personer med specifika karaktärsdrag är mer lämpade för ledarskapsroller (Svedberg, 2012). Körledaren i Sinnesrokören formulerar att hennes agerande som ledare utgår mycket ifrån vem hon är, hon uttrycker att hon är nära sig själv som person och tar upp att hon tar fram ”teaterapan” som hon säger att hon har i sig. Hon kopplar alltså ledarskapet till sin personlighet. Hon säger också att det hon gör i ledarrollen faller sig naturligt och att det inte baseras så mycket medvetna beslut. ”Jag reflekterar egentligen inte så mycket i stunden alls, hur jag har kroppsspråk eller hur jag ser på folk och sådär”(Körledaren). Av det här skulle man kunna dra slutsatsen att körledarens personlighet spelar stor roll för att hon handlar som hon gör i ledarrollen. Det gör den säkert också, men för mig ligger det närmare till hands att koppla hennes agerande som ledare främst till de intentioner och mål som hon berättar att hon har. Även hennes tydligt formulerade bild av vad körsång kan ge tror jag spelar in. Den här tolkningen grundar jag på den stora samstämmighet som finns mellan körledarens tankar och syften och körsångarnas upplevelse av vad kören ger dem och vad som är

utmärkande för den. Körledarens beskrivning av den egna ledarrollen visar kanske främst att hon är sig själv i det hon gör som körledare. Johansson (2005) säger att en ledare som är sig själv - och är öppen mot gruppen skapar ett tryggt klimat och banar väg för att även medlemmarna i gruppen ska våga vara dom de är (Johansson, 2005). En körinformant har också uppgett i intervjun att hen känner att hen kan vara sig själv i kören, och av det jag sett under mina observationer har jag uppfattat det ”verkar vara okej att vara som man vill” (Observationstillfälle 5). Att körledaren är sig själv verkar alltså precis som Johansson (2005) säger ha smittat av sig på körmedlemmarna. En annan sak i körledarens sätt att leda som avspeglar sig på kören är hennes användande av kroppen. Vid två separata tillfällen har jag skrivit följande anteckningar : ”Precis som körledaren sätter vissa körmedlemmar betoningarna i kroppen” (Observationstillfälle 3). ”Nästan alla har musiken i kroppen, är aktiva i kroppen som körledaren” (Observationstillfälle 5). Samtliga informanter pratar också i intervjuerna om kroppen kopplat till körsångens påverkan. En beskriver till exempel att glädjen blir större för att de är aktiva i kroppen i körsången, och en annan säger att det gör att hen känner sig hel när hen sjunger. Synen på människan som en helhet och kroppen som ett verktyg för att uppleva världen presenteras i Merleau-Ponty (1989). Att musik blir kroppsliga erfarenheter menar Ruud (1997) bidrar till dess påverkan på oss, och gör att ”världen inte framstår som en tillfällighet utan mening för oss” (Ruud, 1997, s. 57). Dessa sätt att se på det och informanternas upplevelser ger stöd åt att körledarens ledarstil med en väldigt aktiv kropp är en nyckel till att körsången blir en upplevelse. Det styrker också att den kroppsliga involveringen hos alla inblandade bidrar till att körmedlemmarna upplever att kören påverkar dem positivt. Ruud (1997) säger även att det inte går att ersätta upplevelsen av att aktivt delta i musicerande med att enbart lyssna på musik, och samma sak formuleras av informanterna under intervjun:

Det kommer väl tillbaka till det här att den avkopplingen och den koncentrationen som ändå man måste uppbringa när man är här, och det är känslan efteråt ibland när man nästan kan känna sig lite hög, svårt att komma ner i varv, alltså det ger någonting själsligt som du inte kommer åt någon annanstans. Jag kan lyssna på musik jättemycket, det är nästan alltid på, och gå på konserter // ...men just att delta själv, det ger en annan dimension som gör att det fastnar inne i kroppen någonstans och den där kicken man kan känna efteråt, jag kan nog inte beskriva den annat på något sätt att det är lite andligt alltså. (Informant 1)

Johansson (2005) och Svedberg (2012) säger som tidigare nämnts att ledaren har ett starkt inflytande på bland annat det sociala klimatet i en grupp, och det har min studie som sagt också visat. Men både körledaren informanterna har också under intervjuerna

sagt att körens bakgrund, att den springer ur Sinnesromässan och på så sätt också har kopplingar till AA-rörelsen präglar kören och bidrar till att den är det den är. Körens ursprung och att en del körmedlemmar har en historia av missbruk tas upp som något som format kören positivt. Samtliga informanter har uttryckt sig på ett sådant sätt att jag funnit att körens bakgrund är så viktig för kören att den har betydelse för hur körmedlemmarna uppfattar att körsången påverkar dem. Körledaren uttrycker sig såhär:

...Det finns något vackert i det här att man har uttalat det som en sinnesrokör, för att det blir som att, det är jättesvårt att förklara, men det händer ju någonting med varandra när vi gör saker tillsammans, någonting annat när vi också har lite kunskap om varandra, om vilka vi är och det behöver ju inte säga så mycket om en person att han eller hon kommer från sinnesromässan eller tolvstegsprogram, men det är en sårbarhet som många av dom här människorna delar med varandra, och en uppriktighet i livet som jag inte möter på så många andra ställen i mitt liv// ...jag tycker att det är väldigt sällan som man möter den här genuina sårbarheten och ärligheten som kan finnas hos den här gruppen, och det var därför jag blev så förälskad i den här sinnesromässan för jag kände det att här får man vara den man är, och man får lov att finnas tillsammans och vara medveten om varandras historia på något sätt, varandras berättelser, att vi alla bär på berättelser, det tycker jag har blivit väldigt tydligt. Så det är någonting med den här gemenskapen som jag upplever går lite djupare än andra körer som jag har lett// här är på något sätt, det är en grundton som fanns från början som säger väl någonting om vad den här kören vill. (Körledaren)

Att körens ursprung, och som körledaren lyfter fram i citatet – körmedlemmarnas historia har satt an en grundton i kören tycker jag är en av många saker som visar att körledaren praktiserar det Lewin kallar demokratiskt ledarskap (Svedberg, 2012). Johansson (2005) säger att det är viktigt att en ensembleledare har en demokratisk ledarstil oavsett vilka mål och ambitioner gruppen har, och kanske är det av extra stor vikt när gruppens mål – som i det här fallet – har andra saker än det musikaliska resultatet i centrum.

### **6.3 Slutsats**

Att sjunga i Sinnesrokören påverkar körsångarna positivt och är bland annat en källa till glädje och gemenskap. Körsången fyller flera funktioner för körsångarna, den är till exempel ett uttrycksmedel, en ventil för känslor och ett andningshål i vardagen som innebär en paus från världen utanför och en möjlighet att vara i nuet i sången för en stund. Körledarens mål för kören handlar främst om andra saker än det musikaliska resultatet, hon har bland annat en själavårdande ingång. Det finns en stark koppling mellan körledarens mål för kören, hennes syn på körsång - och hur körmedlemmarna

upplever att körsången påverkar dem. Detta tolkar jag som att körledarens intentioner och tankar kring vad körsång kan ge är en betydelsefull faktor i sammanhanget. I körledarens ledarskap har jag sett saker som jag också tror kan vara nycklar till att körsången blir en upplevelse och därför påverkar körmedlemmarna positivt. Ruud (1997) med flera menar att det är just upplevelsen av musik och inte musiken i sig som gör att musik är viktig för oss på olika sätt, bland annat i byggandet av vår identitet (Ruud, 1997). De av körledarens handlingar som jag uppfattat som betydelsefulla för upplevelsen av körsången är kopplade till kommunikation, engagemang, koncentration (eller fokus) och närvaro. Det handlar bland annat om hur kören är placerad, hur hon använder sig av kroppen i sitt ledarskap och att det hon gör musikaliskt är av hög kvalitet. Jag har också sett att körledarens sätt att leda i praktiken ”smittar av sig” på körsångarna, och att sången i Sinnesrokören inkluderar och aktiverar hela kroppen har visat sig vara en del i hur körmedlemmarna upplever att körsången påverkar dem. Men även körens bakgrund, avstampet i Sinnesromässan och att vissa av deltagarna har en historia av missbruk har visat sig ha betydelse för kören. Även detta är något som bidrar till körens positiva påverkan.

## 7. Vidare forskning

Trots att det som min studie visat går i linje med tidigare liknade forskning gör undersökningens begränsade omfattning (15hp) att det inte går att dra några generella slutsatser om hur körsång påverkar utifrån resultatet. Detta har därför heller aldrig varit målet med studien. Min förhoppning har varit att få en större förståelse för vad körsång kan betyda för olika individer, och om möjligt hitta ledtrådar till vad det är som gör att sång i kör potentiellt påverkar. Det tycker jag också att jag har fått, och det jag har funnit har gjort mig mer nyfiken. Jag hade tyckt att det var spännande med liknade studier i andra körer med olika inriktningar för att se vilka likheter och skillnader som finns och eventuellt kunna dra slutsatser utifrån det. Det som jag funnit i den här studien och tolkat som möjliga nycklar till att körsången blir en *upplevelse*, eller till och med en *stark upplevelse* av musik och därmed påverkar positivt skulle jag vilja titta närmare på. Är det något som skulle kunna vara applicerbart i andra körer och musikaliska situationer? Jag skulle också vilja dyka vidare in i – och undersöka förhållandet mellan körledares/musikpedagogers intentioner, övertygelser och mål – och körens/den musikaliska aktivitetens påverkan på deltagarna. Hur mycket påverkar ledarens inställning? Hur stor roll spelar det om en lärare eller körledare har en tydlig bild av vad hen tror att musik och körsång kan ge? Spelar det någon roll? Påverkar musik mer om ledaren/läraren har en övertygelse om att den kan bidra till människors välbefinnande på flera plan? Och har det någon betydelse för vår yrkesroll som musikpedagoger hur vi ser på dom här frågorna? Vad tänker musiklärare och pedagoger inom musik kring detta? Ser de på det som de gör i sin yrkesroll som potentiellt samhällsförbättrande och att det som Palmer och Quadros (2012) säger ge ringar på vattnet och göra världen lite bättre? Och spelar det någon roll om vi gör det eller inte? Allt detta är möjliga områden för vidare forskning som tror skulle kunna vara värdefull för musikpedagoger inom olika fält.

## 8. Referenser

Anonyma alkoholister. (2013). *Tolvstegsprogrammet* Hämtat 2017-05-04, från <http://anonymaalkoholister.se/tolvstegsprogrammet/>

Bonde, L. O & Ekholm, O. (2015). I E. Bojner Horwitz, C. Hogstedt, P. Wistén och T. Theorell (Red.), *Kultur & folkhälsa: antologi om forskning och praktik* (s.161-170) Stockholm: Tolvnitton förlag.

Bjørndal, C.R.P. (2005). *Det värderande ögat: observation, utvärdering och utveckling i undervisning och handledning*. (1. uppl.) Stockholm: Liber.

Brodd, S. E. (u.å) Diakoni. I *Nationalencyklopedin*. Tillgänglig <https://www.ne.se/uppslagsverk/encyklopedi/lång/diakoni> (hämtad 2017-05-04)

Bryman, A. (2011). *Samhällsvetenskapliga metoder*. (2., [rev.] uppl.) Malmö: Liber.

Hogstedt, C. & Bojner Horwitz, E. (2015). *Kultur & folkhälsa: antologi om forskning och praktik / redaktörer: Eva Bojner Horwitz, Christer Hogstedt, Pelle Wistén och Töres Theorell*. Stockholm: Tolvnitton förlag.

Johansson, L. (2005). *Ensembleledning: ledarskap i mindre musikgrupper*. Lund: Studentlitteratur.

Kvale, S., & Brinkmann, S. (2009). *Den kvalitativa forskningsintervjun*. Lund: Studentlitteratur

Kratus, J. (2012). Consider democracy: an ideal in music learning. I A.J. Palmer, & A. De Quadros (Red.), *Tanglewood II: summoning the future of music education*. (s. 94-111).

Lilliestam, L. (2009). *Musikliv : vad människor gör med musik - och musik med människor*. Göteborg : Ejeby, 2009 (Falun : Scandbook).



Lindström, D. (2006). *Sjung, sjung för livet!: en studie av körsång som pedagogisk verksamhet och av deltagarnas upplevelse av hälsa och livskvalitet*. Lic.-avh. Luleå : Luleå tekniska univ., 2006. Luleå.

Merleau-Ponty, M. (1989[1962]). *Phenomenology of perception*. London: Routledge.

Nationalencyklopedin (NE). U.å. *AA*. Tillgänglig:

<http://www.ne.se/uppslagsverk/encyklopedi/lång/aa> (hämtad 2017-05-04)

Nationalencyklopedin (NE). U.å. *NA*. Tillgänglig:

[http://www.ne.se/uppslagsverk/encyklopedi/lång/na-\(narcotics-anonymous\)](http://www.ne.se/uppslagsverk/encyklopedi/lång/na-(narcotics-anonymous)) (Hämtad 2017-05-04)

Nationalencyklopedin (NE). U.å. *Tolvstegsprogram*. Tillgänglig:

<http://www.ne.se/uppslagsverk/encyklopedi/enkel/tolvstegsprogram> (Hämtad 2017-05-04)

Nationalencyklopedin (NE). U.å. *Sinne*. Tillgänglig:

<https://www.ne.se/uppslagsverk/ordbok/svensk/sinne> (Hämtad 2017-05-04)

Nationalencyklopedin (NE). U.å. *Ro*. Tillgänglig:

[https://www.ne.se/uppslagsverk/ordbok/svensk/ro-\(1\)](https://www.ne.se/uppslagsverk/ordbok/svensk/ro-(1)) (Hämtad 2017-05-04)

Ruud, E. (2013). *Musikk og identitet*. Oslo : Universitetsforl., 2013.

Svedberg, L. (2012). *Gruppsykologi: om grupper, organisationer och ledarskap*. (5., bearb., uppdaterade och kompletterade uppl.) Lund: Studentlitteratur.

Svenska kyrkan. (2016). *Sinnesromässa* Hämtat 2017-05-04 från

<https://www.svenskakyrkan.se>

Tanglewood Symposium, Palmer, A.J. & De Quadros, A. (2012). *Tanglewood II: summoning the future of music education*.

Vetenskapsrådet. (1990). *Forskningsetiska principer inom humanistisk-samhällsvetenskaplig forskning*. Hämtat från <http://www.codex.vr.se/texts/HSFR.pdf>  
24/4 - 2017



**LUND UNIVERSITY**  
Malmö Academy of Music

## Information till deltagare i intervju- och observationsstudie

Ansvarig: Agnes Nordlander  
Institution: Musikhögskolan i Malmö,  
Lunds universitet

### Studiens syfte och tillvägagångssätt

Undersökningens syfte är att ta reda på hur medlemmarna i en kör ser på körsången och om – och hur de upplever att den påverkar dem och olika aspekter av deras liv. Syftet är också att titta på om – och hur detta märks under körrepen och hur körledarens tankar och arbetssätt formar kören. Studien data kommer att samlas in genom enskilda intervjuer och observation av körrepetitioner.

### Behandling av data och sekretess

- För att materialet ska behandlas och uppfattas på rätt sätt kommer intervjuerna att spelas in och senare transkriberas. Under transkriptionen kommer alla namn att anonymiseras. Denna transkription kan du som informant även få tillgång till om du vill.
- Det är bara jag som forskare som kommer lyssna på intervjuerna.
- Den data som samlas in under observationerna kommer att anonymiseras. Inget under körrepetitionerna kommer att spelas in eller filmas.
- Data som samlas in kommer endast att användas i forskningssyfte.
- Kören kommer att beskrivas i studien och körens namn kommer att finnas med, men det kommer inte att stå vart i Sverige den finns. Uttalanden, personuppgifter och allt annat kommer att vara anonymt.

### Publicering

Det färdiga arbetet kommer att publiceras på internet via Lunds Universitets publiceringstjänst LUP, samt presenteras under en opponering på Musikhögskolan i Malmö.

### Frivillighet

Din medverkan i studien är frivillig och du som informant har rätt till att avbryta din medverkan när som helst under studiens gång.

### Kontaktuppgifter

Om du har frågor kan du kontakta mig på mail

Agnes Nordlander:  
xxx@student.lu.se

**Underskrift**

Med din underskrift bekräftar du att du har tillägnat dig informationen på blanketten *Information till deltagare i intervju – och observationsstudie* och fått den förklarad för dig. Underskriften binder dig inte till något utan är endast en bekräftelse till forskaren att du har förstått vad det innebär att medverka i studien. Underskriften kommer inte att redovisas i samband med publicering eller opponering.

Härmed intygar jag att jag tagit del av informationen och godkänner min medverkan i studien.

Namnsteckning: \_\_\_\_\_

Namnförtydligande: \_\_\_\_\_

Ort & Datum: \_\_\_\_\_