



MUSIK-
HÖGSKOLAN
I MALMÖ

EXAMENSARBETE 15hp

Vårterminen 2026

Läroarbuden i musik

Halldór Karvel Bjarnason

Sara Servin

Linus Sjösten

”Gå inte upp då, förrän du vet vad du ska berätta”

En studie om tvärkonstnärligt arbete i kör

Handledare: Markus Tullberg

Sammanfattning

Titel: ”Gå inte upp då, förrän du vet vad du ska berätta” En studie om tvärkonstnärligt arbete i kör

Författare: Halldór Karvel Bjarnason, Sara Servin & Linus Sjösten

Scenisk kör är något som vi har uppmärksammat växer i körvärlden i stort. Tiden när varje kör står i en *körbanan* med sina pärmar och framför musiken som de har övat in håller på att ändras. Därför har vi som musikhöskolan i Malmö genomfört en aktionsforskningsstudie där vi har hållit i tre workshops med kören Bella Voce - Lunds Studentsångerskor där vi har undersökt hur körledare kan arbeta tvärkonstnärligt med en kör. Vi har även undersökt hur deltagande körsångare upplevde våra workshops. Inför våra workshops intervjuade vi den erfarna körregissören Anci Hjulström för att få en bättre inblick i hur en körledare kan genomföra workshops inom ämnet scenisk kör.

Resultatet av vår studie visade att sångarna i kören hade olika uppfattning om hur mycket tvärkonstnärligt arbete bidrog till kören. Processen har bidragit till att kören som helhet reflekterar mer kring vad de gör och varför de gör det, samt till att de gärna tar diskussioner kring musikaliska aspekter och vad som händer vid användandet av olika verktyg på ett annat sätt än tidigare.

Nyckelord: Aktionsforskning, Drama, Kör, Körkropp, Körpedagogik, Körsång, Musikpedagogik, Rörelser, Rytmik, Sång, Tvärkonstnärlighet, Tvärkonstnärligt arbete.

Abstract

Title: "Don't enter the stage until you know what you want to say" - a study on interdisciplinary work in a choir context

Authors: Halldór Karvel Bjarnason, Sara Servin & Linus Sjösten

Scenic choir is a growing phenomenon in the choral world at large. Increasingly, choir singers are no longer simply standing still in a formation commonly referred to as a *Choir banana*, holding their music folder while performing rehearsed music: the times are changing. This reflection has led us, as music teacher students at the Malmö Academy of Music, to conduct an Action Research study aiming to explore how a choir director can work interdisciplinarily with their choir. Furthermore, we have researched how participating choir members perceived working interdisciplinarily by conducting three workshops with the choir Bella Voce - Lund Female Student Singers. As preparation for our workshops, we interviewed a director for choirs, Anci Hjulström, who is experienced in leading workshops on the subject, to further our understanding of how a choir leader can conduct scenic choir workshops.

The results of our study show that the choir singers within the choir had different perceptions of how interdisciplinary work contributes to the choir as a whole. Furthermore, the Action Research process that the choir participated in has been shown to encourage the choir members to reflect more on what they do and why they do it. It has also led to them participating more willingly in discussions around musical aspects and reflecting on the use of different tools to improve their performance.

Keywords: Action Research, Choir, Choir body, Choir pedagogy, Choral singing, Drama, Eurythmics, Interdisciplinary, Interdisciplinary work, Movement, Music pedagogy, Singing.

Förord

Vi vill tacka våra informanter, och alla som hjälpt oss i form av att vara bollplank i denna process. Vi vill också speciellt tacka några personer lite extra. Giulia Manfredi för hjälp med att formulera vårt abstract, innehållsförteckningen och för allmänt stöd i vår skrivandeprocess. Anitha Servin som korrläste lite extra i flera skeden av skrivprocessen. Vi vill rikta ett varmt tack till vår handledare Markus Tullberg, som hjälpt oss att både vidga våra tankar och smalna av arbetet när det varit för brett. Han har även varit en aktiv lyssnare och inspirerat till förfining och förbättring av texten i stort.

Vi vill slutligen tacka varandra för ett fint samarbete med detta examensarbete. Vi har skrivit arbetet tillsammans, och alla har arbetat på alla kapitel. Vi har haft lite mer ansvar för några specifika kapitel, där Sara ansvarade mer för kapitel 3, 7.4 och 7.5, Halldór för kapitel 4, 7.1 och 7.2, samt Linus för kapitel 5 och 7.3.

Innehållsförteckning

1 Inledning.....	9
2 Syfte och frågeställning.....	10
3 Litteratur och tidigare forskning.....	11
3.1 Körsång och rörelse.....	11
3.2 Publikens upplevelse av tvärkonstnärlighet i körkonserter.....	12
3.3 Inlärningsprocess.....	12
3.4 Gruppdynamik och gruppsykologi.....	13
4 En vetenskapsteoretisk premiss för aktionsforskning.....	15
4.1 Aktionsforskning.....	15
5 Metod.....	17
5.1 Metodologiska överväganden.....	17
5.2 Studiens fokus.....	18
5.3 Två metoder för datainsamling: Intervju och observation.....	18
5.3.1 Kvalitativ datainsamling: Intervju.....	19
5.3.2 Kvalitativ datainsamling: Observation.....	20
5.3.2.1 Aktionsforskning inom observation.....	21
5.4 Design av studien.....	22
5.4.1 Urval.....	22
5.4.2 Informanter.....	23
5.4.3 Genomförande av studie och datainsamling.....	24
5.5 Analys.....	25
5.6 Resultatens kvalitet - en fråga om giltighet och trovärdighet.....	25
5.7 Etiska övervägande.....	26
6 Resultat.....	28
6.1 Anci Hjulströms intervju.....	28
6.2 Skapande av underlag till workshops.....	30
6.2.1 Skapandet av workshop 1.....	30
6.2.2 Skapandet av workshop 2.....	30
6.2.3 Skapandet av workshop 3.....	31
6.3 Workshop 1.....	32
6.3.1 Workshopens utformning.....	32
6.3.2 Våra observationer och reflektioner.....	33
6.3.2.1 Sara.....	33
6.3.2.2 Linus.....	34
6.3.2.3 Halldór.....	35
6.3.3 Gruppreflektioner.....	35
6.4 Workshop 2.....	36

6.4.1	Workshopens utformning.....	36
6.4.2	Våra observationer och reflektioner.....	37
6.4.2.1	Sara.....	37
6.4.2.2	Linus.....	38
6.4.2.3	Halldór.....	39
6.4.3	Gruppreflektioner.....	39
6.5	Workshop 3.....	40
6.5.1	Workshopens utformning.....	40
6.5.2	Våra observationer och reflektioner.....	41
6.5.2.1	Sara.....	41
6.5.2.2	Linus.....	42
6.5.2.3	Halldór.....	44
6.5.3	Gruppreflektioner.....	44
6.6	Sångarnas sammanfattande reflektioner och upplevelser som informanter.....	45
7	Diskussion.....	49
7.1	Upplevelser av tvärkonstnärligt arbete.....	49
7.2	Sångarnas och Anci Hjulströms perspektiv på scenisk kör.....	50
7.3	Hur fungerade våra övningar?.....	51
7.4	Påverkan på musikaliska aspekter.....	54
7.5	Övningarnas påverkan på gruppen.....	56
7.6	Slutsats.....	58
7.7	Vidare forskning.....	60
8	Referenser.....	61
9	Bilagor.....	63
	Bilaga 1: Samtyckesblankett.....	64
	Bilaga 2: Intervjuguide - intervju med Anci Hjulström.....	67
	Bilaga 3: Planering Workshop 1.....	68
	Bilaga 4: Planering Workshop 2.....	69
	Bilaga 5: Planering Workshop 3.....	70
	Bilaga 6: Gruppintervju efter sista workshop.....	72

1 Inledning

Vad är det som är så magiskt med körsång? Det där som får en person att bära med sig upplevelsen långt efter att tonerna klingat ut och konserten sedan länge är över? Det är en fråga som vi ställt oss inför arbetet med detta examensarbete. Vi är alla tre aktiva körsångare och körledare, som har varit aktiva på området under lång tid. Vårt intresse för framväxten av *scenisk kör* och hur man arbetar med det har vuxit under en tid. Det märks tydligt i de sammanhang vi rör oss i att den sceniska aspekten av körsång är på frammarsch och ”inne” just nu. Det blir särskilt tydligt när vi tittar på hur kör får synas i media, vad som bedöms i körtävlingar med mera. Hos oss väcktes flera frågor, som exempelvis: Hur kan körledare arbeta tvärkonstnärligt? Gynnar det inlärningsprocessen inför en konsert? Vi ser en vikt i detta då vi tror att vi alla kommer att jobba med kör och att körscenen i Sverige drar en hel del mot mer sceniska framträdande precis som världen i stort. Historiskt sett har den svenska körscenen i stort varit väldigt traditionell i uppställning och framförande. Kören står i en så kallad *körbanan*, med sina pärmar, och framför musiken de övat in. Kören rör sig i princip inte alls.

Det är vedertaget att arbete med barn- och ungdomskör innebär implementering av rörelser för att främja inlärnigen av den musik de ska sjunga. Varför slutar vi arbeta med det när vi är äldre? Vi har gjort en aktionsforskningsstudie med kören Bella Voce - Lunds studentsångerskor för att prova ett underlag som kan hjälpa körledare att arbeta tvärkonstnärligt i kör. Vi ville prova ett underlag som kunde tillhandahålla verktyg för den som vill påbörja ett mer tvärkonstnärligt arbete med sin kör. Underlaget kommer att vara beprövat, men kommer inte på något sätt vara komplett då omfånget för denna uppsats inte tillåter ett mer omfattande arbete för att ta fram ett komplett material i form av en metodbok eller övningsbok. I framtagandet av, och arbetet med, vårt underlag följer vi Ellsworths (2019) ledord:

And, finally, a word of caution. These ideas are not meant to be gimmicks—movement for movement’s sake, or special effects just because it’s ”hip”. Visual and dramatic elements should always enhance the music’s impact and never distract from it. Concerts should honor our audiences’ investment of time and attention and help them feel glad they came. (s. 17)

Med detta i åtanke är det viktigt för oss att underlaget blir användbart och seriöst. Rörelser som förstärker musiken har potential att ge en djupare upplevelse, både för kören som framträder men också för en eventuell publik som får uppleva framförandet.

2 Syfte och frågeställning

Syftet med vårt arbete är att prova ett underlag för att tillgängliggöra metoder för hur en körledare kan arbeta med tvärkonstnärlighet. Underlaget har som syfte att vara en hjälpande hand för nya och mer erfarna körledare som vill skapa något annat än den traditionella, klassiska körupplevelsen. För att undersöka hur vårt underlag fungerar behöver vi prova det i verkligheten. Följande forskningsfrågor leder denna studie:

- Hur kan ett tvärkonstnärligt arbetssätt gynna arbetet i inlärningsprocessen av en konsert för en kör?
- På vilket sätt upplever deltagarna att arbeta tvärkonstnärligt?
- Hur beskriver en erfaren körregissör hur en körledare kan planera och genomföra workshops inom scenkonst för kör?

3 Litteratur och tidigare forskning

Vi har sökt och endast hittat ett litet utbud av forskning på ämnet scenisk kör. Vi har sökt efter tidigare forskning i flera databaser, med sökord på både svenska och engelska. I ERIC har vi sökt på följande sökord: choir AND performance, concert design OR scenic choir OR staging, choir AND singing AND body. I Google Scholar har vi sökt på följande sökord: körkropp, körsång, körsång OCH gestaltning. Vi har även gjort samma sökningar i Finn, där vi också sökt på entrainment + music samt entrainment + choir. Att vi inte har hittat mycket forskning inom ämnet kan ha flera förklaringar, exempelvis att vi inte lyckats specificera våra sökningar på rätt sätt. Det kan även vara så att det inte finns en stor mängd forskning på ämnet än, eller att forskningen ligger under andra discipliner som vi inte nått. Trots detta har vi hittat relevant litteratur och framför allt relevanta artiklar.

3.1 Körsång och rörelse

Ing-Marie Janzon har skrivit flera metodböcker på ämnet scenisk kör och i dessa pratar hon om vikten av trygghet i gruppen och i rummet under framtagandet av det sceniska framträdandet. Hon menar i boken *Skapande kör* att leken och dess redskap ligger nära de konstnärliga redskapen för att bygga ett framträdande, och att man genom ett lekfullt förhållningssätt lättare kan hitta och skapa nytt material (2014).

I Saltoftes artikel ”Shaping the creative choir by learning to listen” (2025) följer hon en flickkör i Danmark som arbetar tvärkonstnärligt med alla sina konserter. Hon menar att arbetssättet kören har implementerat bidrar till att ”The choir is itself a ‘body’ for the forming of individual skills in listening and expressing shared knowledge as performance” (s. 162). Alltså är kören som enhet ett verktyg för både kollektiv och individuell utveckling och ett uttryck för den kollektiva kunskapen. Saltofte (2025) skriver vidare att arbetet med en kroppscoach, en person som medvetandegör hur engagerade sångarna är i kroppen under repetitionerna, under inlärningsprocessen hjälpte körledaren och kören att utforska bland annat rummet, sången och kroppen. Det hjälpte även för att bygga upp en medvetenhet för att forma det som Saltofte (2025) benämner som kreativa sjungande kroppar. Detta gjorde att de kunde utveckla både

sångrösterna hos de individuella körsångarna och hur kören gemensamt uttrycker sin valda repertoar för sin publik.

Även Apfelstadt (1985) menar att rörelse under repetitioner är gynnsamt för en kör på mer sätt än ett. Hon skriver att det musiken har att vinna på att kören får etablera rörelser under repetitionerna långt överväger den ansträngning det kan vara att börja arbeta med detta. Intressant att notera är att Dr. Hilary Apfelstadt skrev om detta redan 1985, men det är först på senare år som implementeringen av rörelser blivit högaktuellt.

3.2 Publikens upplevelse av tvärkonstnärlighet i körkonserter

Sønning (2020) skriver hur ”Our understanding of holistic perception, i.e. interpretation of simultaneous sensory impressions, is strongest in situations where we can see the interaction between the different layers of artistic expression” (s. 80). Den som vill kan alltså berika konsertupplevelsen genom att använda sig av tvärkonstnärliga inslag.

Langley (2023) beskriver i *International Journal of Music Education* hur rörelser kan vara betydelsefulla för publikens uppfattning av expressivitet och stilen av musiken. Om en person bara lyssnar på inspelningar av körmusik så har inte rörelserna någon effekt. Det är när man, som publik, upplever körsången tillsammans med sångarnas rörelse som musikens känsla kan påverkas.

Ellsworth (2019) beskriver i sin artikel för *The Choral Journal* hur ett konsertprogram kan vara som en berättelse av en saga. Hon nämner hur visuella effekter, såsom ljus och dansare, kan öppna upp för flera nivåer av upplevelse för publiken. Hon lyfter även upp tanken om att använda hela scenen vid en konsert och, generellt, hur tvärkonstnärliga inslag i ett konsertprogram kan berika konsertupplevelser.

3.3 Inlärningsprocess

I Hubers artikel i *Choral Journal* (2024) beskriver hon att användandet av rörelser under övningar och uppvärmningar är relativt vanligt förekommande i den amerikanska körtraditionen. Samtidigt ställer hon sig frågan varför rörelsen försvinner när kören möter publik. Detta motiveras med det amerikanska skolsystemets kopplingar till västeuropeisk tradition. Huber fortsätter med att ge en historisk översikt över hur den

amerikanska körundervisningen börjar röra sig bort från västerländsk konstmusik som främsta ledstjärna. Hon skriver ”If movement is so intrinsic in choral singing and lauded as a pedagogical tool in rehearsal for both singers and conductors, then why should the movement stop when a choir has an audience?” (s. 43). I undervisningssammanhang och vid körövningar används rörelser mycket i många amerikanska sammanhang tack vare Dalcroze och rytmikens framväxt. Huber (2024) menar att dessa rörelser ska fortsätta vara en del av hur kören rör sig även under konserter och andra framträdanden.

Briggs (2020) skriver i sin artikel i *Choral Journal* om hur lyckat det kan vara med övningar med rörelse för körsångare under repetitioner. Hon beskriver bland annat några faktorer som kan påverka hur lyckat det blir. Dessa faktorer är:

1. Sångarnas förståelse av vad övningarna ger musikaliskt och utvecklingsmässigt.
2. Körledarens pedagogiska förberedelse och bekvämlighet med rörelserna i övningarna.
3. Sångarnas bekvämlighet och förtroende för sin körledare.
4. Hur ofta man gör övningar med rörelser.
5. Delaktighet i övningarna under repetitioner. (s. 77–78)

Hon beskriver hur körsångare som kan känna motstånd till övningarna från början kan känna värdet av övningarna när de ser och hör hur rörelse påverkar det musikaliska resultatet.

3.4 Gruppdynamik och gruppsykologi

Sammanhållning och samarbete är begrepp av vikt i sammanhang där man arbetar med grupper. Nilsson (2016), lektor i socialpsykologi, skriver att det är begrepp som påverkar varandra. Bra sammanhållning leder till bra samarbete och vice versa, men även motsatsen är en risk. Alltså att dåligt samarbete påverkar sammanhållningen negativt. Det handlar, enligt Nilsson, om aspekter av trygghet, trivsel, respekt och att komma överens samt om dessa aspekter är närvarande i gruppen eller inte.

När en person är en del av en större grupp finns det en osynlig maktkamp i hur personen förhåller sig till övriga i gruppen och vilken roll personen ska, bör och vill ta. Vissa tar stor plats, pratar mycket och är aktiva. Andra tar en liten plats, pratar lite eller kanske inte alls och är passiva. Ofta handlar både det aktiva och det passiva om en osäkerhet kring hur definitionen av ens roll i gruppen ser ut. Beroendet av ledaren och dess ledarskap blir större ju större gruppen är (Svedberg, 2016).

Både Nilsson (2016) och Svedberg (2016) skriver om roller inom grupper och konflikter inom dessa grupper till följd av osäkerheter kring vilka roller personerna i en grupp ska ha. Nilsson (2016) beskriver också inre rollkonflikter, vilket innebär att en person har fått en roll där de egna förväntningarna inte stämmer överens med de förväntningar som andra har.

4 En vetenskapsteoretisk premiss för aktionsforskning

I detta kapitel beskriver vi den teori som vi förhåller oss till i vår studie.

4.1 Aktionsforskning

Vi har valt aktionsforskning eftersom vi har genomfört övningar med en grupp där vi, som forskare, har varit aktivt deltagande genom att vi har hållit i, och planerat, övningarna som presenteras i vårt arbete.

Brinkkjær och Høyen (2020) beskriver aktionsforskning som ”en form av forskning där forskare tillsammans med deltagare försöker skapa förändring” (s. 137). Deltagarna i en aktionsforskningsstudie kan vara vilka som helst: en projektgrupp, en yrkesgrupp såsom lärare eller, som i vårt fall, en kör.

Aktionsforskning som teori har sitt fokus på att skapa en *förändringsprocess* där både forskare och deltagare arbetar på att förändra en praxis eller vanor. Genom nytänkande och prövning av nya idéer ska forskaren tillsammans med deltagare komma fram till lösningar eller nya sätt att genomföra en process. I aktionsforskningsprocessen finns det två element: ett experimenterande och ett värderande element. I det experimenterande elementet är både forskare och deltagare aktiva och deltar i förändringsprocessen. I det värderande elementet gör forskarna analyser av genomförandet och resultaten från projektet. Utöver deltagandet har forskarna också i uppgift att formulera projektet, upptäcka utmaningar samt att säkerställa den demokratiska dialogen (Brinkkjær & Høyen, 2020).

Aktionsforskningens historia grundar sig i idéer från den tysk-amerikanske socialpsykologen Kurt Lewin. Han ville bidra till en mer demokratisk lärprocess för att utveckla undervisningssystemet. Genom aktionsforskning skulle deltagarna få lära sig om demokrati, då han hävdade att demokrati är något människan måste lära sig (Brinkkjær & Høyen, 2020). Aktionsforskning växte därmed fram genom experiment med människor i grupper. I dessa grupper fann man att den traditionella positivistiska forskningstraditionen inte fängade upp hur gruppen fungerade på ett verklighetstroget sätt. Därmed experimenterades det fram att deltagarna skulle involveras i experimenten.

För att det skulle fungera så var det viktigt att forskningsgruppen, både deltagare och forskare, skulle vara omgiven av rätt atmosfär där demokrati och likställdhet för alla deltagare skulle vara i fokus.

Brinkkjær och Høyen (2020) beskriver det som en process där man: ”arbetar med deltagarnas förståelse, varseblivning och lärande i förhållande till deras konkreta värld samt dess sociala kontext” (s. 140). Aktionsforskning blir därmed en växelverkan mellan teori och praktik.

5 Metod

Nedan kommer vi redogöra för studiens val av metod samt för studiens design. Först presenteras de metodiska överväganden som vi har gjort, vilket följs av en beskrivning av studiens fokus. Därefter kommer en beskrivning av hur vi har analyserat datamaterialet och sist presenteras våra etiska överväganden.

5.1 Metodologiska överväganden

I vår studie har vi valt att använda oss av två olika kvalitativa metoder för att samla in data, observation och intervju. Som huvudmetod har vi använt oss av observation då vi genom aktionsforskning har provat vårt underlag på en kör som en av oss leder. Det underlag som vi skapat är bearbetat utifrån en intervju med en expert, tidigare litteratur samt våra egna erfarenheter kring ämnet scenisk gestaltning inom körsång.

Även om vi själva har mycket erfarenhet om ämnet valde vi att intervjua någon som har ännu större erfarenhet av scenisk kör, och specifikt i aspekten kring att leda projekt/körer i ämnet. Vi valde att intervjua Anci Hjulström då vi ansåg att det skulle ge en djupare förståelse för oss och även bidra med mycket inspiration till vad som saknas i form av material för körledare inom ämnet.

Efter intervjun skapade vi ett underlag som vi provade med en kör under tre workshops. Underlaget studerades genom observation på olika nivåer. Kören som underlaget har provats på ledes av Sara vilket gjorde det naturligt att hon fick leda övningarna. Linus och Halldór observerade våra workshops utan att vara deltagande. Det faktum att Sara fick en unik infallsvinkel inspirerade oss till att låta alla tre ha sina egna perspektiv, vilket vi såg som en stor fördel. Därav kom valet att låta Linus vara på plats i rummet under alla workshops och att vi spelade in varje tillfälle med videokameror som Halldór fick observera utifrån.

Ursprungligen var tanken att fånga upp sångarnas reflektioner genom en enkät i slutet av den sista workshopen. Under den första workshopen föll det sig dock naturligt att ha en öppen diskussion kring vad de hade fått uppleva. Utifrån det valde vi att avsluta vår andra workshop med en ostrukturerad gruppintervju, samt avsluta den sista med en semistrukturerad gruppintervju. Detta stärks även av Christoffersen och

Johannessen (2015) som menar att intervju är en bra komplettering för observation när man vill få reda på vad informanten känner och upplever.

Den planerade omfattningen av underlaget som vi skulle skapa har behövt skalas ner under studiens gång. Omfattningen av den kurs vi läser räcker inte till för att utforska flera olika teman inom ämnet. Vi ser detta som en möjlighet till vidare forskning inom ämnet.

5.2 Studiens fokus

Studien fokuserar på att prova ett underlag för körledare som visar på olika sätt att implementera tvärkonstnärligt arbete i repetitionsfasen och skapandeprocessen inför en konsert. Eftersom arbetets omfattning inte är stort nog för att kunna ta in för många olika konstnärliga processer har vi valt att avgränsa oss till drama och rytmik. Underlaget består av övningar som engagerar och aktiverar sångarna samt främjar skapandeprocesser.

Lewin i Birckjær och Høyen (2020) berättar om hur gruppen som forskningen riktats mot ska befinna sig i ett rum eller en situation med rätt atmosfär för att arbetet ska vara fruktbart. Det är också viktigt att deltagarna ska kunna känna sig delaktiga och inkluderade i forskningsarbetet och därmed blir de medforskare i projektet när det kommer till att utvärdera underlaget samt bidra till vidareutveckling. Därför är det viktigt att Sara leder övningarna eftersom hon är van att leda kören och sångarna känner sig bekväma med henne.

5.3 Två metoder för datainsamling: Intervju och observation

Vi har i denna studie använt oss av två olika kvalitativa metoder, intervju och observation. Valet att använda oss av två metoder var en produkt av att vi ville prova ett underlag utifrån våra egna erfarenheter som korister. Dessutom ansåg vi att vi stod i behov av ett erfarenhetsperspektiv, vilket förde oss till en intervju med Anci Hjulström. Vidare behövde underlaget prövas och det gjordes via observation ur tre olika perspektiv. För att få en djupare förståelse av koristernas upplevelser av underlaget valde vi att ha en ostrukturerad gruppintervju i slutet av varje session, med en större semistrukturerad avslutande intervju efter sista workshopen.

5.3.1 Kvalitativ datainsamling: Intervju

Intervjuer är en kvalitativ metod som är mycket vanlig när det kommer till att samla in data. Kvale och Brinkmann beskriver karaktären av kvalitativa intervjuer som ”ett samtal med en struktur och ett syfte” (i Christoffersen & Johannessen, 2015, s. 83). Det är en effektiv metod för att ta reda på en informants känslor eller uppfattningar om ett specifikt ämne då hen själv får rekonstruera händelser, vilket inte är möjligt med till exempel observation.

En intervju är ett samtal mellan två eller fler personer och har därför den komplexitet som kommer med sociala fenomen. Relationen mellan forskaren och informanten spelar därför stor roll (Christoffersen & Johannessen, 2015). Som metod för datainsamling är intervju mycket flexibelt och forskaren kan därmed skraddarsy och strukturera intervjun så att den passar situationen bäst för att få informanten att känna sig så trygg som möjligt. Den mest formbara strukturen är den ostrukturerade intervjun som är baserad på stora öppna frågor kring ett specifikt ämne i en informell situation. Här skapas oftast en informell atmosfär och informanten kan få prata fritt. Forskaren kan uppfatta något som informanten säger och skapa en ny fråga utifrån det, även om hen inte hade planerat det tidigare.

På andra sidan spekrat gällande intervjumetoder finns strukturerad intervju. Denna struktur använder en standardisering av frågorna, vilket betyder att alla informanter får samma frågor att besvara. Vid studier med flera intervjuer och informanter är standardisering ett sätt att enkelt kunna jämföra svar mellan olika informanter. Då kan man se över en specifik fråga och se vad alla informanter har svarat (Christoffersen & Johannessen, 2015). Detta är mer tidseffektivt än den ostrukturerade intervjun, även om det finns en risk att man inte får lika djupa svar.

Mellan dessa två finns den vanligaste intervjumetoden, den semistrukturerade intervjun (Christoffersen & Johannessen, 2015). Att den är vanligast beror på att den har en flexibilitet som gör att den är användbar i många situationer. Den baseras på öppna frågor som tillåter informanten att svara med egna ord samtidigt som den har en tydlig riktning. Forskarens inverkan på informantens svar är låg och svaren blir därför en produkt av hur informanten har uppfattat frågorna (Christoffersen & Johannessen, 2015). I många fall är den semistrukturerade intervjun uppbyggd på en övergripande intervjuguide som skapar en utgångspunkt för intervjun. Christoffersen & Johannessen

(2015) beskriver intervjuguiden som ”inte ett frågeformulär, utan en lista över teman och generella frågor som ska tas upp under intervjuens gång” (s. 86). Intervjuguiden kan i många fall skapa delteman i en intervju som i sin tur har frågor, vilket leder till fördjupade svar inom det valda temat.

Till vår studie har vi valt att använda oss av semistrukturerad intervju och ostrukturerad gruppintervju. Vår intervju med Hjulström var semistrukturerad då vi ville få med oss så mycket som möjligt av hennes lärdomar kring ämnet i vår studie. Därför var det av stor vikt att vi utgick från en intervjuguide (se bilaga 2). Till våra gruppintervjuer med kören använde vi oss av ostrukturerade intervjuer efter varje workshop. Vid vår sista workshop höll vi även en semistrukturerad gruppintervju (se bilaga 6).

5.3.2 Kvalitativ datainsamling: Observation

Observation är en kvalitativ metod som är effektiv när forskaren vill ha en direkt tillgång till det studien vill undersöka. Christoffersen och Johannessen (2015) menar att ”Det enda sättet att skaffa sig giltig kunskap är i många sammanhang att vara närvarande i själva miljön” (s. 66). Forskaren själv är på plats och kan därmed göra en direkt koppling till vad hen fångar upp. Christoffersen och Johannessen (2015) menar även att observation är ett bra komplement till andra metoder då man kan få nya perspektiv.

Inom observation är det bra att sätta begrepp på och kategorisera vad man observerar. Då är kontexten viktig då det ger en bild av vad forskaren vill samla in data kring och på vilken plats det sker. Det finns tre grupper av kontext; mänsklig-, interaktiv- och programkontext. Den mänskliga kontexten beskrivs av Christoffersen och Johannessen (2015) som ”organiseringen av människor, indelningen av och kännetecken hos de grupper och individer som observeras, vilket exempelvis kan vara kön, minoritetsbakgrund eller social klass” (s. 68). Nästa steg är den interaktiva kontexten som vill se vilka handlingar som sker mellan människor. Dessa interaktioner kan vara allt från formella/icke-formella, verbala/icke-verbala eller planerade/spontana. Till sist finns programkontexten som fokuserar på det som händer som inte är mänskliga interaktioner. Här fokuseras det istället på till exempel organisering av resurser eller en plattform.

Ytterligare en aspekt av dessa kontexter är om de är naturliga eller arrangerade. En naturlig kontext är när ett fenomen inte kan tas ur sitt sammanhang då fenomenet får sin mening i den omgivning den är i. Motsatsen blir en arrangerad kontext där man skapar en miljö där fenomenet studeras (Christoffersen & Johannessen, 2015).

Som observatör finns möjligheter att observera på olika sätt. Forskaren kan i sin studie välja att låta de som ska observeras veta om att de observeras, genom en öppen observation, eller observera utan att de vet om att de blir observerade, dold observation. Denna öppenhet behöver inte vara allt eller inget utan kan alltså vara delvis dold eller delvis öppen. Utöver öppenheten av observationen kan det vara av värde att även benämna delaktigheten hos observatören. De två polerna är deltagande och icke-deltagande (Christoffersen & Johannessen, 2015). Alla observationer kan beskrivas med en kombination av dessa fyra begrepp. Raymond Gold (1958, refererad i Christoffersen & Johannessen, 2015) satte dessa begrepp på en axel som visar på sammanhanget mellan dem och satte dem i ordningen; fullständig deltagare - deltagare som observatör - observatör som deltagare - fullständig observatör.

Vi har i denna studie valt att all observation är öppen samt att använda oss olika typer av observation då vi såg ett intresse att se det ur olika infallsvinklar. Sara leder kören som vi har provat underlaget på och det blev då naturligt att hon ledde kören. Hon blev därmed en öppet deltagande observatör. Linus var med på plats under alla workshops som öppet icke-deltagande observatör. Halldór observerade de workshops vi hade genom videoinspelningar men var med i uppstarten av varje workshop genom att sätta upp teknik. Under vår första workshop fick han hålla i en introduktion för gruppen så att kören visste vem han var och hur han skulle observera. Han blev därmed en öppet icke-deltagande observatör.

5.3.2.1 Aktionsforskning inom observation

Att vara deltagande observatör innebär att forskaren är aktiv. Därför finns det en tydlig koppling till aktionsforskning. Hur processer kan se ut inom aktionsforskningsstudier beskrivs av Christoffersen och Johannessen (2015) genom översättning av Kemmis och McTaggarts (1988) idéer:

1. En övergripande idé om förändring i praxisfältet: Denna del innebär att man sätter ord på varför man har valt att utveckla denna idé och hur det kan vara relevant för lärande och pedagogik inom valt fält.

2. Definiera kontexten för forskningen: Historisk kontext och ytterligare förklaring till varför saker görs som de görs inom fältet, både lokalt och på generell basis. Samt hur den planerade utvecklingen kommer att påverka de nuvarande behov, kontext och möjligheter.

3. Inledande kartläggning av problemet. Definiera gruppen och deras relation till varandra. Öppenhet om hur utvecklingsarbetet går till samt kritiskt granskande av relationer mellan deltagare i förhållande till utvecklingsarbetet.

4. Övergripande handlingsplan: Vad, när, var och hur ska utvecklingsarbetet genomföras?

5. Reflektion: Beskriv och planera hur förändringarna av utvecklingsarbetet observeras och analyseras.

6. Rapportering: Ge en preliminär uppfattning om hur underlaget som du har samlat kommer att möjliggöra reflekterande om projektet för att vidare kunna formulera en plan framåt. (Christoffersen & Johannessen, 2015, s. 136–139)

Eftersom människor har en talang för att kunna fånga upp saker som inte uttrycks i tal, genom till exempel kroppsspråk eller stämning i ett rum, så kan det färga forskarens observationer. Dessa uppfattningar är individuella och baseras starkt på observatörens egna erfarenheter, kunskaper och upplevelser (Postholm i Christoffersen & Johannessen, 2015).

5.4 Design av studien

Nedan redogör vi för hur vi har designat och genomfört vår studie. Först kommer vi beskriva hur urvalet av våra informanter gått till. Därefter kommer en redogörelse för hur vi har genomfört studien, samlat in data samt analyserat den. Sist presenterar vi resultatets kvalitet och de etiska överväganden som vi har gjort.

5.4.1 Urval

Vi har i denna studie gjort strategiska urval för ändamålsenlighet vilket lett oss till ett intensivt urval i valet av vilken kör vi skulle arbeta med. Intensivt urval innebär personer som är starkt präglade av ett visst kännetecken, exempelvis medlemmar i en specifik kör. Detta innebar också att vi har ett homogent urval, då de alla tillhör samma kör, har liknande intressen och tillhör en relativt snäv ålderskategori. Valet av expert att

intervjua gav oss också ett fall av extremt urval, då informantens stora expertis på området gör att personen särskiljer sig från andra (Christoffersen & Johannessen, 2015).

Urvalet av informanter skedde ganska naturligt och tidigt i arbetsprocessen. Vi visste att vi ville intervjua en expert på ämnet, och att vi ville ta fram ett underlag, eller början på ett underlag, som skulle provas på en faktisk kör. Vi valde att ta kontakt med Hjulström på grund av hennes expertis på området (se kapitel 5.1. för mer information). Hon tackade ja till medverkan, samt klargjorde för oss att hon inte ville vara anonym i vårt arbete.

Valet att använda Bella Voce - Lunds Studentsångerskor som testkör gjordes ganska tidigt då det är Sara som leder kören, och därmed fanns tillgång till en kör på ett enkelt sätt. Kören har de senaste två åren börjat röra sig mer mot sceniskt arbete på egen hand, och därför visste vi också att viljan fanns där för en majoritet av körens medlemmar. Det var ett val som togs både ur en tillgänglighetsaspekt, men även en bekvämlighetsaspekt.

5.4.2 Informanter

Till vår delstudie intervjuade vi Anci Hjulström som har en stor erfarenhet av att arbeta med körer runt om i Sverige med scenisk medvetenhet. Att sätta en titel på vad hon arbetar med är svårt. På hennes hemsida beskriver hon sig själv som bland annat ”pedagog i scenisk musikalisk kommunikation” (Anci Hjulström Musik & Scen, 2026). Hon har även varit en drivande kraft inom sångensemblen Amanda, vilken varit en pionjär inom scenisk körsång som önskar att få ”beröra och beröras i de möten som musiken skapar” (Sångensemblen Amanda, 2026).

Våra informanter består också av sångare i kören Bella Voce - Lunds Studentsångerskor, vilken leds av Sara. Sångarna fick information om studien redan under hösten 2025 för att kunna ta ställning till om de ville delta som informanter, vilket de kollektivt beslutade om att de skulle göra. Det kan ha förekommit att någon sångare sade ja mot sin vilja på grund av gruppsyck. Gruppen har en så pass bra social sammanhållning att vi antar att beslutet om deltagande inte tagits förhastat. De nya sångare som tillkom vid vårterminens början fick samma information, samt information om att kören som helhet sagt att de skulle delta, med förutsättningarna att varje individ själv kan välja att inte delta. Alla sångare utom en har valt att delta. Sångarna är av varierande ålder från 20 till 35 år och de sjunger stämmorna sopran 1 och 2 samt alt 1 och 2.

5.4.3 Genomförande av studie och datainsamling

Vi hade tre tillfällen för datainsamling där vi genomförde workshops med kören Bella Voce - Lunds Studentsångerskor. Innehållet för våra workshops planerades gemensamt av Sara, Linus och Halldór med hänsyn till tidigare erfarenheter, intervju med Anci Hjulström och tidigare forskning inom ämnet. Även om innehållet var planerat gavs det frihet för Sara att göra tillägg och ändringar i innehållet baserat på deltagarnas respons och *energin i rummet*. Energin i rummet handlar om den mellanmännsliga stämning i rummet som skapas av att flera personer är där inne samtidigt. Denna energi finns alltid men kan kännas mer påtaglig i vissa situationer och påverkas av alla i rummet. Energin påverkas framför allt av den person som många lyssnar eller tittar på. Workshopen genomfördes under början av Bella Voce - Lunds Studentsångerskors ordinarie repetitionstider.

Vi har samlat in data genom observation och intervju. Vi har använt oss av olika varianter av båda metoderna. Först höll vi en digital semi-strukturerad intervju med Anci Hjulström via programmet Zoom. Programmet har en inspelningsfunktion som vi använde oss av för att samla in datan och kunna analysera den i efterhand.

Det andra steget av datainsamlingen var observation av våra workshops. Till detta steg hade Sara, Linus och Halldór olika infallsvinklar vilket gjorde att de observerade workshopen på olika sätt. Sara förde anteckningar under varje workshop för att ta till sig den data som hon samlat. Linus förde anteckningar med papper och penna över vad han såg. Halldór analyserade via både video- och ljudinspelning av varje tillfälle. Den teknik som användes för inspelning var en Zoom H6 mikrofon, en Zoom Q8 kamera samt ljud och filminspelning på en iPad.

Som avslutande moment, efter att de två första workshoparna var klara, ledde Sara en helgruppsreflektion. Där ställde hon frågor om hur deltagarna upplevde workshopen, vilka förändringar som det skulle kunna ge, vilka förändringar de förväntade sig att ske, med mera. Reflektionen var utformad som en ostrukturerad gruppintervju där Sara ställde frågor som öppnade för reflektioner och tankar från deltagarna. Till vår tredje, och sista, workshop valde vi att bädda in vår ostrukturerade intervju under workshopens gång. Efter den sista workshopen var det istället en semi-strukturerad gruppintervju vilket hade som mål att fånga upp mer övergripande tankar kring alla tre workshops och deras upplevelser av att arbeta med tvärkonstnärliga verktyg.

5.5 Analys

Analysen av vår studie har skett genom transkribering av intervjun med Hjulström, samt fångat deltagarnas tankar och funderingar som förhåller sig till våra frågeställningar. Efter transkribering av Hjulströms intervju, har vi tagit fram svar som var kopplade till våra forskningsfrågor samt svar som vi ansåg var generellt intressanta och som kunde tillföra till vår studie. Intervjun transkriberades med hjälp av transkriberingsfunktionen i programmet Microsoft Word.

Vid genomförandet av en aktionsforskningsstudie är forskaren delaktig i studien och målet blir att direkt påverka forskningsområdet. Det är viktigt, för aktionsforskningsstudier, att forskare och deltagare har ett bra samarbete och en gemensam vilja mot en förändring. Därmed blir aktionsforskningstudien en del av förändringsprocessen (Christoffersen & Johannessen, 2015). Sara och kören Bella Voce - Lunds Studentsångerskor har över flera år skapat en gemensam förståelse för hur de vill jobba och vilka mål de har. Dessa mål är ofta förankrade till huvudmålet att vara en tävlande kör. Det faktumet har underlättat vår studie för att deltagarna och Sara har varit överens om att en förändringsprocess skulle kunna vara gynnsam för kören.

I vår analys och reflektion så är vi tre olika personer som har observerat på tre olika sätt. Att vi har haft olika infallsvinklar har gjort det svårt för oss att ha ett observationsschema som passar för alla tre. När vi ska analysera den data som vi har fått in via observation så har vi sett en värdefull aspekt i att inte färga varandra innan vi har skrivit ner vad vi har sett. Alltså skrev vi individuellt ner våra observationer för att därefter sammanfatta och analysera det tillsammans.

Vi sammanfattar våra observationer, reflektioner och tankar i resultatkapitlet (se kapitel 6).

5.6 Resultatens kvalitet - en fråga om giltighet och trovärdighet

Aktionsforskning som metod bedrivs med förändring som mål. Forskarna och deltagare är båda delaktiga i studien och därmed kan det bli, i stort sett, omöjligt för forskarna att vara objektiva. Vårt jobb som aktionsforskare blir därmed istället att försöka göra

deltagarna medvetna om deras förhållande till varandra och synliggöra möjligheter till förändring (Brinkkjær & Højen, 2020).

När vi gör vår analys och våra reflektioner så hänvisar vi mycket till energin i rummet och deltagarnas uppfattning av olika övningar, känslor, med mera. Med energin i rummet syftar vi på vad som händer mellan människor i ett rum och den mellanmännsliga känslan som kan uppstå i ett rum. Energin finns överallt i rum med fler än en människa. Christoffersen och Johannessen (2015) nämner att ”Aktionsforskare hoppas att lärdomen ska komma genom frivilligt deltagande.” (s. 134). I våra workshops försöker vi avdramatisera deltagandet genom att ladda energin i rummet för att deltagarna ska våga delta fullt ut.

I aktionsforskningsstudier kan det vara svårt med reliabilitet och validitet som den ser ut i den akademiska standardiseringen. Detta på grund av att studien är väldigt bunden till den plats där studien genomförs, samt den grupp som studien genomförs med. Löfström och Areskoug (2020) menar att även om resultatet av en aktionsforskningsstudie inte alltid går att generalisera, kan studien ändå vara av intresse. Detta förutsatt att den har rapporterats på ett korrekt sätt. Det kan då tillåta andra att utvärdera gjorda val, resultat och tolkningar. För att försöka öka möjligheten till reliabilitet och återskapande av vår studie har vi skrivit ner vårt övningsunderlag och varit tydliga med hur vi har strukturerat studien och arbetet kring studien.

Vår studie kan ha påverkats av ett förväntat resultat från kören. Innan vi gjorde studien hade flera av sångarna en tydlig vision om vad studien skulle kunna bidra med och förhoppning om förändring. Studien kan också påverkats av att det är första gången Sara leder en workshop på detta sätt, och hennes erfarenhet är därför begränsad.

5.7 Etiska övervägande

Denna studie har utgått från Vetenskapsrådets (2024) fyra grundprinciper om god forskningssed. Dessa principer är tillförlitlighet, ärlighet, respekt och ansvar. Aktionsforskningsstudier innebär en nära kontakt med deltagarna. Innan vår första workshop genomfördes fick alla deltagarna läsa igenom och skriva på en samtyckesblankett (se bilaga 1) om sitt deltagande i studien. I Samtyckesblanketten har det framstått tydligt att deltagandet är frivilligt och att deltagarna har möjlighet att återkalla sitt deltagande när som helst. Kören Bella Voce - Lunds Studentsångerskor har

inte anonymiserats då Sara leder kören och eftersom vårt upplägg av workshops utgår från det hade anonymiteten inte varit tillräckligt stark. Deltagarna har dock anonymiserats i denna studie genom att benämnas som: sångare + en siffra. Exempelvis ”Sångare 1”. För att säkerställa en stark anonymitet, valt att benämna alla körsångare som ”hen”. Hjulström gavs möjligheten att anonymiseras men hon ville hellre att vi skulle benämna henne tydligt i vår studie. Samtyckesblanketterna samlades in och förvaras digitalt fram till studiens avslutning.

Våra workshops var intensiva och krävde stort engagemang från deltagarna. Med hänsyn till detta har Sara varit öppen för att fånga upp känslor och osäkerheter som dykt upp, samt att spontana förändringar av genomförandet har behövts göras för studiens och deltagarnas bästa. Relationen Sara har till gruppen är också en bidragande faktor till att genomförandet av studien blivit som det blivit. Hon är körens ordinarie körledare och har en personlig relation till alla i gruppen. De flesta körsångarna upplevs ha en trygg relation till Sara som körledare. De sångare som var nya för terminen kan inte antas ha hunnit forma den relationen fullt ut ännu.

Det var en sångare som avstod att delta helt, och en handfull sångare som under studiens gång valde att gå bort från gruppen på grund av olika anledningar. Dessa sångare återanslöt alla igen under samma workshop som de lämnat. Det var också 3–4 sångare som inte deltagit för att de inte varit närvarande på de rep när vi genomförde studien.

Genom dessa åtaganden menar vi att vår studie uppfyller Vetenskapsrådets krav om god forskningssed.

6 Resultat

Nedan kommer vi att presentera den data som vi har samlat in från vår delstudie där vi gjorde en intervju med Anci Hjulström. Utifrån intervjun, tidigare erfarenheter och litteratur har vi skapat ett underlag och provat det på kören Bella Voce - Lunds studentsångerskor genom workshops vilket också redovisas här. Vi kommer även redovisa våra individuella observationer samt sångarnas reflektioner kring våra workshops.

6.1 Anci Hjulströms intervju

I detta avsnitt kommer vi att presentera information och inspiration som vi fick genom vår intervju med Hjulström. Intervjun gjorde vi som en delstudie inför vår aktionsforskningsstudie för att få med ytterligare ett, för oss, viktigt perspektiv.

Hjulström pratar om hur scenisk medvetenhet är någonting som är oerhört viktigt för att ett körframförande ska beröra någon i publiken. Hon säger:

Gå inte upp då, förrän du vet vad du ska berätta. För det är när du vet vad du sänder ut som det kan bli någonting som kan beröra någon annan människa. Det handlar om en scenisk medvetenhet. Att sortera bort det privata för att ge plats till det personliga. (A. Hjulström, personlig kommunikation, 11 februari, 2026).

Där betonar Hjulström vikten av att veta och vara säker på vad man vill förmedla innan man går upp på scen. Detta för att ha en tydlig scenisk medvetenhet.

Hjulström nämner begreppet *körkropp*, ett begrepp som hon tror att hon själv har kommit på. Hon beskriver kören som ett instrument som består av flera olika röster. Hon nämner hur det kan vara en trygghet för körsångare att veta vad de gör på scen och att det kan underlätta sjungandet. Hon nämner hur körkroppen blir ett tydligt sätt för körsångare att föreställa sig detta. Hon säger: ”Vi föreställer oss att man ingår i en kropp med många ben” (A. Hjulström, personlig kommunikation, 11 februari, 2026).

Linus frågar Hjulström om hon anser att det kan upplevas som en större arbetsbelastning för körledare om de väljer att arbeta med scenisk kör eller, som hon kallar det, att *levandegöra kör*. Valet att kalla det levandegöra kör är på grund av att begreppet scenisk kör har en tendens att väcka bilder hos sångare att de ska bli en koreograferad kör, vilket inte nödvändigtvis är målet. Hon svarar att på frågan att den

tid som använts för att genomföra övningar, som har i syfte att skapa en körkropp, är tid som man får tillbaka. Hon tillägger:

... framför allt blir det mycket roligare när man har den överenskommelsen. Lugnare. Du når mycket längre. Dirigenten har plötsligt en kropp och behöver inte samla ihop flocken, alla olika energier, i ett rum utan man har samlat ihop det och så kan man bara sända musiken tillsammans så att det jag skulle säga energisparar. (A. Hjulström, personlig kommunikation, 11 februari, 2026).

Hjulström menar att om kören har genomfört övningar som hjälper körsångarna att förstå och tillämpa begreppet körkropp, så skapas tydligare förutsättningar för att arbeta tillsammans som ett instrument.

För att få en inblick i vilka teman Hjulström använder sig av i sina workshops inom ämnet scenisk kör, ställer Linus frågan om vilka slags övningar hon främst arbetar med.

Hon svarar:

Dels så sorterar jag väldigt mycket tydligt med vad det är jag håller på med. Sceniskt, privat, kommunikation och få igång människor i ett rum, att de själva måste reflektera. För jag vägrar att stå och ha en föreläsning, för det är helt ointressant. Utan att få igång tankarna i rummet, få alla att våga prata fritt, göra ett snällt rum. (A. Hjulström, personlig kommunikation, 11 februari, 2026).

Ytterligare när det kommer till valet av övningar så förklarar Hjulström så här: ”Det är väl en blandform. Det viktiga när du gör en övning... Det är att du måste ha total täckning för varför du gör den. Annars kommer du inte kunna göra den.” (A. Hjulström, personlig kommunikation, 11 februari, 2026). Med det menar hon att när vi som körledare planerar inför en workshop måste vi veta varför vi gör en övning. Vi kan inte använda en övning utan att veta varför den övningen skulle kunna gynna kören och körkroppen.

Hjulström förklarar hur man hela tiden ska ta hänsyn till vilka som är i rummet och utforma sina övningar utefter det. Hon säger: ”Det är vissa saker som behöver göras, men jag säger dem på olika sätt beroende av vilka som är i rummet... allting handlar om hur ska jag nå in i de här i den här gruppen människor?” (A. Hjulström, personlig kommunikation, 11 februari, 2026). Genom att tänka igenom hur man ska formulera sig, utforma och genomföra övningarna så kan de nå fram till flera och därmed ha större effekt på kören som helhet.

6.2 Skapande av underlag till workshops

Efter att ha läst litteratur om sceniska övningar samt efter intervjun med Hjulström, så har vi haft sessioner där vi diskuterat för att komma överens om skisser för planeringen av våra workshops. Övningarna som vi kom fram till blev en blandning av övningar från tidigare litteratur, förslag från Hjulström, samt övningar baserade på våra egna tidigare erfarenheter. Bland våra tidigare erfarenheter finns bland annat workshops gjorda av Hjulström vilket vi har inspirerats av. Vi planerade även vilket tema varje workshop skulle ha. Därifrån ville vi genomföra våra workshops i en specifik ordning med en progression som kändes naturlig. Inför varje workshop gjorde vi en mer detaljerad plan för hur vi skulle gå tillväga med övningarna samt utvärderade hur det gick under föregående tillfälle. Därmed kunde vi gå igenom eventuella problem vi stötte på samt hur vi kunde göra annorlunda för att det skulle gå bättre vid nästa workshop.

6.2.1 Skapandet av workshop 1

Till vår första workshop ville vi fokusera på att sångarna skulle känna sig trygga med varandra samt att landa i känslan av att vara här och nu tillsammans. Våra erfarenheter säger att för många kan det vara väldigt obehagligt att stå på en scen helt ensam, men känslan kan vara en annan att stå på scen tillsammans med flera andra i en kör. Det handlar om att känna en trygghet att våga göra något, i detta fall sjunga, för att det finns ett stöd från andra. Våra erfarenheter är att en stark känsla av samhörighet i en kör är ett kvitto på en god social miljö, och det i sin tur gynnar allt från musikaliska aspekter till att våga uttrycka sig. Vi vill med övningarna till den första workshopen bygga en god stämning i kören och ge alla möjligheten att få möta varandra i ögonkontakt. Alla människor har olika relation till ögonkontakt och det kan därför, för vissa, vara något som kan kännas lite obekvämt, medan andra kan anse att det känns väldigt naturligt. Det händer något i ett möte genom ögonkontakt som får oss människor att känna oss sedda och i sammanhanget av en grupp, i detta fall en kör, kan det därmed skapas en känsla av samhörighet.

6.2.2 Skapandet av workshop 2

Till vår andra workshop ville vi fokusera på att få sångarna att vidga synfältet, att följa varandra och att inte tänka för mycket innan de agerar. I människors vardag finns det

många situationer där man fokuserar på en specifik sak. I många fall görs det omedvetet och kan ibland vara svårt att märka av. I denna workshop ville vi istället att sångarna skulle försöka vidga synfältet och utmana sig själva i hur mycket de kan se. Enligt våra erfarenheter är denna vida blick ett sätt att känna en stark samhörighet med körkroppen. Samhörigheten kan i sin tur leda till ett förtroende till de andra körsångarna. Ett annat sätt som visar på ett förtroende för varandra är att våga följa och leda varandra. Vi ville i denna workshop även att sångarna skulle arbeta med hur det kan vara att få följa och leda varandra.

Till sist ville vi arbeta med att våga agera utan att tänka för mycket. Impulser är något som vi möter många gånger varje dag. Vissa följer vi direkt när vi får dem, och andra har vi lärt oss ifrågasätta. Ifrågasättandet kan bland annat bero på hur vi som människor tror att det kommer att tolkas av andra personer. Vi anser att ett arbete med fokus på att släppa detta tankesätt både kräver, men också kommer bygga vidare på, en god samhörighet i gruppen.

6.2.3 Skapandet av workshop 3

Till vår tredje workshop ville vi fokusera på musikaliskt uttryck. Vi ville genomföra övningar där sång skulle vara sammanvävt med tvärkonstnärliga inslag. Detta ville vi göra för att medvetandegöra utmaningen med att fokusera på andra saker än bara sången samtidigt som kören sjunger. För att försöka tydliggöra hur övningarna kan uppfattas av publik valde vi att dela in gruppen i två. Därmed kunde varje sångare uppleva övningarna både som publik och som sångare. Efter varje genomförd övning ville vi att sångarna skulle diskutera övningen utifrån deras upplevelser av båda sidor.

Vidare ville vi jobba på scenisk medvetenhet. Detta skulle innebära att synliggöra hur en kör står på en scen, hur en kör går in på scen och hur en sångare kan förmedla saker med verktyg utanför rösten. Detta gjorde vi utifrån Hjulströms tankar om scenisk medvetenhet samt att vi själva upplevt konserter där vi har märkt att kören inte varit aktiv och sceniskt medveten innan de börjat sjunga.

Genomgående för workshopen var att vi ville få sångarna att börja reflektera över våra teman. Vi anser att reflekterandet är en väsentlig del till varför scenisk kör är intressant. Att varje individ i kören vet vad de vill förmedla med sången skapar en helhetsbild och ett gemensamt uttryck som har möjlighet att beröra publiken på ett djupare plan.

6.3 Workshop 1

I följande stycke redovisar vi mer ingående för övningarna i workshopen (se bilaga 3). Dessutom redovisas våra observationer samt de tankar och känslor som uppkom hos körsångarna under vår första workshop.

6.3.1 Workshopens utformning

Till vår första workshop fokuserade vi på att alla skulle landa i sin egen kropp och i körkroppen. Vi började med en övning som vi kallar (i) *Reset* som bestod av att blunda och göra några andningsövningar. Under denna *Reset* ledde Sara gruppen i att fokusera på olika kroppsdelar, till exempel händer, knän och axlar, för att de verkligen skulle bli avslappnade. Vi valde även att sångarna skulle bli stabila i hur de står genom att de fick prova att vaja fram och tillbaka med sin tyngdpunkt för att sen hitta en trygg och bekväm plats som kändes bra för deras kroppar. Som en sista instruktion för denna del skulle de även *känna in* varandra. Att känna in varandra handlar om att vidga sina sinnen och öppna sig för en kontakt med en annan person. För att det ska fungera på ett optimalt sätt behöver sångarna släppa allt som händer i livet utanför salen de är i, som till exempel jobb eller skola.

Vidare valde vi att göra en samarbetsövning kallad (ii) *Knuten* som går ut på att stå i en ring, sträcka ut sina armar rakt fram och blunda. När någon säger till börjar alla gå in mot mitten av ringen för att hitta händer att hålla i. När alla har hittat får man öppna ögonen. Målet med övningen är att försöka komma loss från den knut som har skapats. Beroende på hur stor gruppen är kommer det att vara olika svårt att knyta upp den knut som skapats. Vi valde att börja med att dela in den stora gruppen i fyra lika stora delar som fick göra övningen, vilket blev ungefär sju personer per grupp. När de löst uppgiften satte vi samman grupperna så att det blev två stora grupper. Övningen är effektiv då den är enkel att förstå och behöver sällan en större förklaring till vad som ska göras.

Vi förutsåg att denna övning kunde skapa en hel del skratt vilket kan leda till en upplevelse av att det blir lite stökigt i rummet. För att hantera det valde vi att därefter gå tillbaka till övningen *Reset*, men då göra den i en lite kortare version. Detta steg valde vi att återkomma till ett antal gånger under våra workshops.

Till vår andra stora övning ville vi att alla skulle gå runt i rummet med blicken ner mot golvet. Denna övning kallade vi (iii) *Gå runt*. De fick gå runt en stund och därefter bad vi dem att fokusera på andra personers fötter som man ser när man går förbi. Vidare fortsatte vi med att stegvis lyfta blicken genom fokus på knän, höfter, munnar och till sist fick de titta varandra i ögonen. Här får sångarna en möjlighet att se alla i kören, även de som man kanske inte vanligtvis umgås med. För att förstärka denna känsla valde vi att i nästa steg av övningen låta sångarna få mötas även i tal och skulle därmed, när de mötte någon med ögonkontakt, säga ”vad bra att du kom”. För att koppla ihop detta med hur det kan se ut under en konsert, då de till exempel inte kan prata med varandra, fortsatte vi med att när de fick kontakt med någon så skulle de stanna tillsammans. När de stannade skulle de titta varandra i ögonen och utan att säga något skulle de samtidigt börja gå igen. Det svåra är att som körsångare händer det sällan att man står rakt mot varandra på en scen och får ha en direkt ögonkontakt. Därför valde vi att utveckla övningen till att när ögonkontakt skapades med någon och båda stannade, skulle man vrida kroppen upp emot en 90-graders vinkel så att båda står riktade åt samma håll men bara kan se den andra personen i ögonvrån. Därifrån skulle de, utan att vrida huvudet, börja gå samtidigt. Kontakten blir alltså mycket svårare och kräver ett stort fokus samt ett mod att våga känna in och gå på varandras impulser.

Som avslutande övning på den första workshopen valde vi att utmana hela gruppen att börja gå tillsammans. Denna övning kallade vi för (iv) *Steget*. Gruppen fick då ställa sig i en ring och målet var att ta ett steg tillsammans utan att någon skulle leda. En aspekt som gjorde det ännu lite svårare var att vi ville att alla skulle blunda. På det sättet fick ingen någon visuell impuls som kunde starta Steget. Det blev endast fokus på att känna in gruppen i rummet som de var i.

6.3.2 Våra observationer och reflektioner

Nedan presenterar vi våra observationer samt körsångarnas reflektioner från första workshopen.

6.3.2.1 Sara

Som deltagande observatör, och den som lett övningarna med gruppen, var min upplevelse att kören landade tillsammans där och då när vi gjorde Reset-övningen. Jag valde också att förlänga den lite för att min upplevelse var att gruppen tog emot

övningen väl, vilket var väntat då vi gjort liknande övningar tidigare. Jag valde också att förlänga för att rummet verkade behöva andas, landa och släppa dels nervositet över vad som skulle ske, dels stress från dagen i stort.

Knuten skulle fungera som en isbrytare, men tog mycket tid. Jag lät den få lov att ta tid för att den gav energi i form av skratt och fokus till gruppen. I efterhand hade jag nog brutit tidigare, men stämningen i rummet var så positiv och när jag försökte bryta ville gruppen ha mer tid, och då fick de det.

Sångarna fick sedan göra övningen Gå runt. I den övningen lade jag till att de skulle säga ”Vad bra att du kom” för att kören haft lite svajande närvaro och det trycker på vikten av att de är där och att det är något positivt.

Jag blev lite störd av att det fanns några sångare som inte deltog på grund av olika anledningar, då deras prat i ett annat rum störde mig personligen. Jag upplevde dock inte att den aktiva gruppen stördes av detta, vilket var bra.

6.3.2.2 Linus

Som observatör i rummet var det väldigt intressant att se hur utvecklingen av sammanhållningen i kören förändrades från innan workshopen till efter. Jag hade inte någon tydlig uppfattning om hur sammanhållningen i kören såg ut innan vi var där. Däremot hände något av att alla fick göra en Reset i början av repet där de fick släppa allt som hänt tidigare under dagen och sen se varandra i ögonen.

Övningarna vi gjorde krävde olika mycket samt olika typer av fokus av sångarna. Den första stora övningen, Knuten, satte igång tankar kring problemlösning för många vilket ledde till både skratt och vilja att lösa uppgiften. När Sara ville börja avsluta övningen och sade att det endast var 30 sekunder kvar möttes hon av rop som ”Nej” och skratt med en vilja att ha mer tid för att lösa det. Den andra övningen Gå runt verkade inte kräva ett fokus på problemlösning på samma sätt utan ett fokus på kontakten mellan två människor. Energin i rummet blev något helt annat där man kände fokuset hos alla involverade. Det märktes även att medlemmarna i kören har olika tidigare erfarenheter kring att arbeta på ett liknande sätt. Vissa gav ifrån sig ett väldigt lugn genom hela processen medan andra uppfattades som lite förvirrade och uppfattades tycka att det var svårt. I princip alla vågade ändå utforska de övningar som gjordes och verkade verkligen intresserade.

6.3.2.3 Halldór

Genom att observera via filminspelningen kunde jag märka hur övningen Knuten skapade en lekfull och tillåtande stämning vilket var viktigt för hela gruppen. Det kändes som att den skapade en avslappnande och tillåtande atmosfär. Atmosfären och energin i rummet kändes som att det ledde till att de flesta av deltagarna kunde gå vidare in i de mer seriösa delmomenten i workshopen med absolut närvaro och medvetenhet. Det kändes som att de som hade deltagit fullt ut verkligen hade förstått meningen med underlaget i workshopen och vad övningarna och vår workshop i sin helhet skulle kunna ge kören.

6.3.3 Gruppreflektioner

Sara ställde en öppen fråga om hur workshopen hade känts för sångarna. Hon fick en motfråga där hon ombads förklara vad energin i rummet betyder. Sara svarade: "... när man verkligen är inne i det, så kan man nästan ta på det." Det svaret öppnade för diskussion och tankar hos flera. Sångare 1 sade "känslan blev tydligare allt eftersom". Genom denna reflektion får vi tankar kring att känslan om energin i rummet inte behöver vara tydlig från början. Det är något som gruppen kan arbeta fram genom övningarna över tid, och för många blir det mer påtagligt allt eftersom. Sångare 2 tillägger att övningarna "handlar om att vara lyhörd gentemot varandra". Hen nämner även att övningarna kan kännas jobbiga.

Sångare 3: "Att öva närvaro krävs för musiken. Det är samma känsla som vi har kommit fram till nu, efter att ha genomfört övningarna. Om man andas in samtidigt sjunger man samtidigt." Den reflektionen lyfter upp den musikaliska aspekten av övningarna. Även om ingen av övningarna under den första workshopen hade musikaliska inslag kunde sångarna reflektera över vad övningarna tillför musikaliskt.

Sångare 4 reflekterade över hur det kändes känslomässigt: "Man kände av energier hela tiden. Både när man skulle stanna ihop med någon annan och när vi stod i ringen." Hen förklarade ytterligare om övningen där alla skulle stanna och börja gå samtidigt utan någon tydlig signal. "Några gånger så var vi lite osäkra men det var vid något tillfälle där jag kände att vi alla hade ett kollektivt [andas in] och började gå. Det var så häftigt!"

Sångare 5 tillägger och reflekterar över medvetenheten om närvaro. Hen sade: ”Man blir medveten om andras närvaro... alla blir medvetna om allas närvaro. Vi skapar en egen närvaro, en egen grej.”

Sångare 6 ansåg att olika sinnen hjälpte olika mycket genom att uttrycka: ”När jag bara lyssnar så är det svårare att känna av alla än när jag tittade.” Vidare berättade Sångare 7 om hur erfarenheten av att se personer i periferin, så som det gjordes i övningarna, bidrog till att hen hörde saker, som hen inte annars hade märkt av.

6.4 Workshop 2

I följande stycke redovisar vi mer ingående för övningarna i workshopen (se bilaga 4). Dessutom redovisas våra observationer samt de tankar och känslor som uppkom hos körsångarna under vår andra workshop.

6.4.1 Workshopens utformning

Den andra workshopen valde vi att börja med att gå tillbaka till den sista övningen vi gjorde under första workshopen, Steget, samt att vidareutveckla övningen Gå runt. För att förebygga övningen (iv) Steget valde vi att prova ett annat tillvägagångssätt. Vi började med att alla skulle sträcka ut sina armar rakt fram och fokusera på att se båda sina händer. Från den positionen skulle sångarna låta armarna gå ut mot sidorna men fortfarande vara i samma höjd. Här fick gruppen utmana sig själva och se hur långt bak de kunde röra sina armar utan att de tappade någon av händerna ur sin synvinkel. Efter övningen med händerna gjorde vi samma övning som vi slutade med i den förra workshopen, Steget.

Från det gick vi till övningen Gå runt, som vi ville vidareutveckla till att gruppen skulle gå runt i salen och stanna och börja gå tillsammans. Denna gång ville vi att sångarna skulle sjunga samtidigt som de gjorde övningen. Att sjunga något som de kan bra kan kännas som att de inte riktigt behöver fokusera. Så fort vi lade till något annat som de måste tänka på så märkte gruppen hur mycket fokus det faktiskt kräver.

Nästa övning var att de skulle göra en övning som vi benämnde (v) *Trollkarlen*. Övningen innebär att sångarna står tillsammans i en klump för att sedan följa, men inte nödvändigtvis spegla, en ledares rörelser och förflytta sig tillsammans som grupp. Sara blev trollkarlen i början av övningen. Musik spelades i bakgrunden för att inspirera till olika typer av rörelser. Efter att de hade provat övningen under Saras ledning delades de

in i 4 grupper och fick leda varandra. De fick till sist gå till vad vi benämnde som ”marknaden” där det fanns olika trollkarlsstånd i olika delar av rummet. Övningen innebar då att sångare som var följare kunde byta gruppen de tillhörde och prova ledas av någon annan. Trollkarlarna kunde också när som helst stänga sina stånd och gå. Det skapade en öppning för att en ny trollkarl skulle ta plats, vilket ledde till att ledaren byttes.

Workshopen gick sedan över i (vi) *Tre saker*, vars syfte var att få sångarna att röra sig utan att de skulle tänka för mycket på hur de rörde sig. De skulle välja tre saker de gjorde igår, exempelvis att de borstade tänderna, läste en bok eller cyklade. De fick en kort stund att fundera över vad de gjorde och vilka tre saker de skulle välja. Sedan skulle de sätta ihop rörelserna till en sekvens, alltså en koreografi. Halva gruppen fick framföra sina saker och halva gruppen såg på. Sedan bytte grupperna plats. De fick reflektera över vad de såg och insåg att flera gjorde samma saker, men att de kunde ha olika sätt att visa det på.

Den sista övningen var (vii) *Statyn*. Där skulle de, fortfarande i halvgrupper, gestalta en sång ur repertoaren som de sjunger just nu. De skulle inte sjunga utan bara fokusera på att förmedla. Sången spelades upp från en telefon och de individuella sångarna skulle gå på impuls för att skapa en staty med hela halvgruppen. Fick någon en idé om en gestaltning skulle den personen gå upp, ställa sig i position och vänta. Övriga fick ta in vad som tillkom till det visuella och invänta en egen impuls. Övningen var klar när alla i gruppen var med i statyn. Andra halvgruppen observerade. Grupperna bytte sedan plats och de fick en annan sång ur repertoaren. Bytet skedde två gånger.

6.4.2 Våra observationer och reflektioner

Nedan presenterar vi våra observationer samt körsångarnas reflektioner från andra workshopen.

6.4.2.1 Sara

Reset-övningen är en bra övning för denna grupp. Att gå runt i rummet hjälper sångarna att bli mer medvetna om varandra, samt att känna av och känna in sina medsångare. Det blir också renare i intonation och klangen som helhet blir mer samlad när de rör sig i rummet. Däremot är det svårt för några av dem när de har många saker att fokusera på, som sjunga, gå, stanna och så vidare. Jag upplever trots detta att några sångare gör

övningarna, men deras fokus är bara på att göra ”rätt”, inte att vara i processen och lära sig av den.

Därför blev jag positivt överraskad av deltagandet i Trollkarlen. Många vågade prova att vara trollkarl och speciellt under marknadsdelen av övningen var deltagandet väldigt fint. Jag upplevde också att gruppen kändes lite rädd när de skulle göra Tre saker, men det släppte när de började göra övningen. Staty-övningen gick jättebra, även om några sångare konsekvent väntade väldigt länge med att ta en impuls och gå in i statyn. Det blev en del skratt i den övningen också, vilket kan ha berott på osäkerhet, bra stämning eller något annat som jag inte uppfattade.

6.4.2.2 Linus

Redan vid start av repet kändes det som att gruppen var på ett bra humör. Detta tillförde skratt och energi till rummet. Vid den första övningen, Gå runt, uppfattade jag att det inte var något som var svårt förrän de skulle stanna och börja gå tillsammans. Då uppkom en del fnitter och det blev inte lika samsjunget då fokuset låg på övningen. Skillnaden jag uppfattade när de sjöng under övningen var att det blev hårdare övergångar mellan att gå och stanna, samt från att stå still till att börja gå.

Trollkarlen var en övning som verkade fungera väldigt bra för denna grupp. De var väldigt närvarande från start och skrattade mycket tillsammans. Jag uppfattade att grupperna emellan tog inspiration av varandra så när en grupp började utforska ett nytt sätt att leda så var en annan grupp snabb på att prova att göra likadant.

Övningen Tre saker fångade också ett stort intresse. De som var publik verkade vara väldigt intresserade av att försöka förstå vad de andra ville visa. Jag uppfattade inte att någon var obekvämt av att göra sina rörelser för varandra, men i reflektionen efter framkom det några osäkerheter i samband med övningen.

Till övningen Statyer var det inledningsvis en del förvirring i vad de skulle göra, men det gick väldigt fort till att alla verkade ha förstått. Här krävdes det ännu lite mer av alla sångare att gå på impulser och min uppfattning var att det flöt på bra. De tog inspiration av varandra och så fort någon tog ett initiativ, så var någon annan snabb på att komplettera.

6.4.2.3 Halldór

När sångarna gick runt i övningen Gå runt tyckte jag att de sjöng väldigt bra och deras klang och gemensamma impulser var roliga.

Under övningen Trollkarlen var det mycket skratt och jag upplevde att den fyllde samma funktion som övningen Knuten. Jag märkte av att ju längre de höll på med övningen desto mer vågade kören att experimentera. Sångarna började med mjuka rörelser och ju längre tid som gick desto mer experimenterande blev det. Rörelserna blev större och snabbare. När Sara bytte bakgrundsmusik till en musik med en annan karaktär ändrade också trollkarlen sin karaktär.

Under övningen Statyer har gruppen etablerat en tillåtande stämning för impuls. Direkt så rusar en sångare fram och börjar. Olika sångare tar olika lång tid på sig, vissa är snabba med sin impuls och andra tar lite längre tid på sig för att observera statyn.

En i gruppen tar bilder på statyerna spontant. Grupp 2 jobbar mer spontant och bildar statyn snabbare. Det kan ha med låtvalet att göra.

6.4.3 Gruppreflektioner

När sångarna sjöng samtidigt som de gjorde övningen Gå runt, så var det några som upplevde att det var svårare att sjunga samtidigt som de gjorde övningen. Andra sångare tyckte att det kändes lättare. En av sångarna undrade ”Gjorde vi det tyst förra gången?” Sångare 1 tillade: ”Man börjar gå i takt med fraserna.”

I en kort reflektion efter övningen Tre saker berättade Sångare 2 att det kändes lite osäkert. Hen sade: ”En viss osäkerhet, vad är nästa rörelse? Högstadiestress.”

När sångarna reflekterade i slutet av workshopen uttryckte sångare 3: ”Tre rörelser-övningen var en bra uppvärmning inför Statyer. Att komma i kontakt med kroppen och sen köra mer på impuls, för det blev verkligen på impuls när man skulle skapa statyer!” Sångare 4 tillägger: ”Det är en väldigt typisk teatergrej... att man, på ett enkelt sätt, tvingas pröva utveckla någonting.” Några sångare hade svårt att få översyn och överblick på vad de andra sångarna gjorde när de genomförde övningen Statyer. Sångare 5 sade: ”Jag tyckte det var lite svårt att få en överblick över andra när man väl var i statyn.”

6.5 Workshop 3

I följande stycke redovisar vi mer ingående för övningarna i workshopen (se bilaga 5). Dessutom redovisas våra observationer samt de tankar och känslor som uppkom hos körsångarna under vår tredje workshop. Vi redovisar även sångarnas sammanfattande reflektioner från alla våra workshops.

6.5.1 Workshopens utformning

Den tredje workshopen hade fokus på scenisk medvetenhet och musikaliskt uttryck. Vi började med att kören skulle sjunga låten *Tranor* i en ring, och sedan gav Sara en instruktion till hela gruppen att de skulle börja gå runt i rummet. Därmed blev övningen en variation på övningen (iii) *Gå runt*. När låten var klar stannade Sara hela gruppen och började nästa övning. Den övningen kallade vi (viii) *Hemligheten*, där sångarna skulle sjunga låten *Tranor* igen och låtsas som att de har världens bästa hemlighet. Denna förmedling sker genom varje individs sång, hens ögon och hur hen rör sig. Övningen vidareutvecklades genom att gruppen delades i två, där en grupp agerade publik och den andra gruppen skulle förmedla hemligheten till publiken. Gruppen som skulle förmedla fick 30 sekunder på sig att komma överens om vad de ville förmedla. De skulle också bestämma en uppställning som kunde vara passande för framförandet. De fick 30 sekunder på sig då de inte skulle övertänka processen. Gruppen på scen framförde *Tranor* med *Hemligheten* i åtanke och sedan fick hela gruppen diskutera vad man hade sett och upplevt. Efter diskussionen bytte grupperna plats, genomförde samma övning och hade en liknande diskussion. När båda grupperna hade provat genomföra övningen skulle de diskutera och enas om vad låten *Tranor* handlar om. Efter det fick de sjunga låten hela gruppen tillsammans med ett nytt fokus, vilket i detta fall blev *Linus*. Efter att ha framfört låten för *Linus* fick gruppen diskutera och reflektera över övningen och hur det kändes att förmedla låten tillsammans.

Vidare ledde Sara en diskussion genom att ställa en fråga om skillnaden mellan att vara privat kontra personlig i konsertsammanhang. Detta för att gruppen skulle börja diskutera och reflektera om scenisk medvetenhet. I denna diskussion valde Sara att gå ifrån vår planering och göra övningen (ix) *Gå in i rummet* med gruppen. Halva gruppen fick gå ut ur rummet och halva gruppen fick vara kvar som publik. Gruppen som var utanför rummet fick instruktionen att gå igenom rummet två gånger. Först skulle de gå

vanligt, som sig själva, och andra gången skulle de gå in med en instruktion eller en känsla. Sedan bytte grupperna roller och genomförde samma övning igen. Utifrån det fick gruppen diskutera vidare om scenisk medvetenhet och reflektera över vad de upplevde att övningen tillförde.

Efter diskussionerna genomfördes den sista övningen (x) *Hur förmedlar vi?*. Där delades kören in i två grupper och precis som den förra övningen fick den ena gruppen vara publik när den andra framförde. Varje grupp fick bestämma sig för något de ville förmedla när de sjöng sången *Hvem styrde hit din väg?* Skillnaden på denna övning kontra den tidigare var att nu fick de som grupp snabbt komma överens om en känsla, även om den inte nödvändigtvis hade med låten att göra. De fick utmana sig själva i hur sång kan förmedlas och se hur det påverkar framträdandet. Gruppen som inte sjöng fick efter framträdandet gissa vilken känsla som den andra gruppen ville få fram och kunde därmed ge en infallsvinkel på hur det tolkas utifrån.

6.5.2 Våra observationer och reflektioner

Nedan presenterar vi våra observationer samt körsångarnas reflektioner från tredje workshopen.

6.5.2.1 Sara

Denna workshop kändes som att kören andades ut lite för att vi sjöng mycket. Det blev väldigt tydligt att en sångare inte förstod då hen sade rakt ut att hen inte gjorde det. När jag gav sångarna instruktioner att förhålla sig till sjöng de med lägre dynamik generellt, men de var mer tillsammans i slutet på sången.

När sångarna sjöng *Tranor* och skulle ha en hemlighet upplevde jag att något skiftade i energin i rummet. Det blev lite obekvämt på ett sätt jag inte kan förklara. Min upplevelse var att det berodde på att en sångare tydligt sade att hen inte kunde göra övningen för att hen inte var så hemlighetsfull. Det kan ha varit min egen känsla av osäkerhet och skav, men jag upplevde att känslan fanns hos fler än mig. Den laddningen låg kvar i rummet tills jag gav dem ett annat fokus - att sjunga till Linus. Att be dem sjunga till honom var ett försök att få alla sångarna att åtminstone försöka förmedla någonting när de sjöng. Min upplevelse var att det fick ett positivt utfall för gruppen och att körens klang, intonation och fokus var på plats då.

När vi övergick till att de på kort tid skulle gestalta en av sångerna vi sjunger på konsert senare i vår, visste jag att det skulle vara svårt för några att göra övningen på grund av tidigare liknande erfarenheter. Jag upplevde att båda grupperna tog det mer eller mindre på allvar, och flera nämnde att det kändes relevant att få prova saker.

Efter repetet kom två sångare till mig och pratade om att en tredje sångare hade hämmat dem väldigt mycket i processen under dagens workshop genom att gå på väldigt hårt om att ”gör vi så här så blir det rätt!” Det är alltid en svår balansgång och jag blev väldigt färgad av vetskapen om att det också var en del av upplevelsen som blev väldigt negativ för några sångare. Jag visste innan vi påbörjade datainsamlingen att det fanns sångare som har en extremt stark vilja att göra rätt, och som verkligen inte vill vara i process. Jag upplevde inte att jag märkte av det i stunden, vilket jag önskar att jag gjort eftersom jag då hade kunnat förebygga de negativa upplevelser som uppstod.

Jag borde varit tydligare med gruppen om att vi alla förmedlar samma sak på olika sätt och att det är en styrka. Det kan ändå bli enhetligt om gruppen är överens om vad de vill förmedla. Jag försökte få dem att få en aha-upplevelse när jag bröt vår planering och gjorde övningen Gå in i rummet, eftersom det var några sångare som jag upplevde inte alls förstod vad vi pratade om och varför. De fick instruktionen att gå som sig själva och sen gå som kören Bella Voce - Lunds Studentsångerskor. Jag upplevde att jag hade behövt förklara tydligare, speciellt för gruppen som fick vara publik först, vad de hade i uppdrag under övningen. Poängen med övningen gick över huvudet på för många av sångarna och hade jag gjort om den igen hade jag formulerat det annorlunda. Jag försökte prata mindre och göra mer, men i detta fall hade jag behövt prata lite mer än jag gjorde.

6.5.2.2 Linus

Till vår sista workshop ville vi att de skulle få sjunga mer och min upplevelse var att det gjorde dem mer avslappnade. Körsångarna själva uttryckte att det var väldigt skönt att de fick sjunga så mycket. Under våra tidigare workshops hade jag inte noterat att de var spända eller kände sig obekväma på något sätt, men när de fick sjunga skiftade energin i rummet till ett lugn som jag inte känt under de tidigare övningarna. Ytterligare något som jag ansåg var väldigt tydligt var att samhörigheten i kören, som vi har velat arbeta med, upplevdes som stark.

I princip alla sångare verkade vara väldigt trygga även när de började gå runt. I samband med instruktionen om övningen Hemligheten skapades en förvirring hos några av sångarna. Tanken var att inte ge en för stor instruktion utan att låta det vara individuellt med hur man tolkade det. Sara valde då i stunden att inte beskriva övningen igen utan lät sångarna få utforska själva. Svaret från Sara upplevde jag hade en rätt hård ton. Jag hade inte någon kunskap om hur deras relation såg ut sen tidigare, men jag ansåg att svaret som Sara gav påverkade några i gruppen. När de sjöng igen upplevde jag att gruppen var lite splittrad då några verkade känna att de förstod medan andra inte. Min uppfattning av splittringen stämde rätt bra överens med deras egna reflektioner. Några ansåg att de uppfattade en skillnad jämfört med att sjunga utan en hemlighet, medan andra inte märkte någon skillnad.

Under övningen Hemligheten där de skulle sjunga för varandra fick de se varandra från ett perspektiv som de inte är vana att se varandra från, publikens perspektiv. Detta öppnade ögonen för kören att uttrycket var väldigt spretigt och att beroende på vem av de som sjöng som publiken kollade på fick den olika intryck. Efter att de hade diskuterat vad de ville förmedla med texten sjöng de låten tillsammans för mig och jag ansåg att det lät bättre än vad det gjorde tidigare. Något som fängade mitt intresse var hur blickarna var vända åt många olika håll trots att instruktionen var att sjunga till mig. Många kollade på mig hela tiden medan andra kollade på mig i perioder eller inte kollade på mig alls.

I samband med diskussionen kring skillnaden mellan att vara privat och personlig på scen gjorde Sara övningen Gå in i rummet. Jag ansåg att den övningen inte presenterades ordentligt vilket ledde till att gruppen som satt kvar inte verkade vara fokuserade eller ens intresserade av vad den andra gruppen gjorde. När de bytte grupper visste ändå gruppen som skulle se på vad som skulle hända, men de skojade bort övningen vilket påverkade den andra gruppen. Vid reflektion verkade gruppen ändå ha fått med sig upplevelser från övningen och fått en förståelse över hur ens gång påverkar intrycket.

Generellt under denna workshop var det mycket reflektioner i grupp och det som jag märkte av det var att det var för det mesta samma personer som pratade.

6.5.2.3 Halldór

Workshopen började med övningen Hemligheten. Jag märkte ett visst motstånd till övningen av vissa sångare. Vissa hade inte förstått instruktionerna fullt ut och visste därmed inte hur de skulle genomföra övningen. Därefter delade de sig i två grupper och skulle enas om en hemlighet som de skulle sjunga med. Där upplevde jag också en osäkerhet i genomförandet. Sångarna hade pratat ihop sig om en hemlighet men jag kände att de var osäkra på hur de skulle förmedla den. Första gruppen genomförde övningen och sedan andra gruppen. När andra gruppen försökte göra rörelser ihop med övningen blev publiken, gruppen som genomförde övningen först, lite fnissiga. Efter att ha provat övningen i smågrupper pratade hela gruppen ihop sig om vad låten, Tranor, handlade om och det kändes som att de var överens om en tolkning. Efter det bad Sara kören att ställa sig mot Linus och sjunga till honom. Den versionen blev, enligt mig, den bästa versionen. De gjorde även en väldigt lyckad gemensam inandning inför andra versen.

När gruppen genomförde övningen: Gå in i rummet, kändes energin i rummet lite hetsig. Jag upplevde att sångarna inte fullt förstod instruktionerna och att gruppen som skulle vara publik var inte så närvarande.

6.5.3 Gruppreflektioner

När sångarna gjorde övningen Hemligheten gav Sara instruktionen om att de skulle bära på en hemlighet medan de sjöng låten Tranor. Detta togs emot på olika sätt. En sångare reflekterade över att energin i rummet höjdes när de hade hemligheten i åtanke. Sångare 3 reflekterade över att det lät bra och uttryckte ”vi var lite busiga och log”. Till skillnad från dessa var det några sångare som inte verkade uppleva positiva effekter av övningen. Sångare 1 sade vid instruktionen av övningen: ”Jag fattar inte, jag gick inte estet... jag är inte så mysterious.” Under diskussionen efter övningen nämnde en sångare att hen blev frustrerad av övningen då det fanns många olika bilder av vad hemligheten innebar. Dessa olika bilder störde hen i sin förmedling. Sångare 5 ansåg att ”Ingången till andra versen blev otydligare, för alla har olika saker i huvudet.”

När sångarna genomförde övningen Hur förmedlar vi? nämnde sångare 6 hur hen kände sig observerad som publik, hen berättade att det känns som att de är ”lite som ett djur på zoo.” Sångare 7 påpekade att det kändes som att sången inte var i fokus hela

tiden. Sångare 8 observerade att ”Om det är någon som är grunden till hemligheten så är det Sångare 3.” Hen menade att sångare 3 var väldigt övertygande i sin gestaltning av hemligheter.

För att förtydliga meningen med övningen sade Sara: ”Vad vill vi förmedla?” Först tänkte sångare 3 på att de kan berätta en saga och inte en hemlighet. Sångare 9 tillade då att ordet saga kanske inte känns rätt då ”det har mer med verkligheten att göra.”. Diskussionen var öppen och tillåtande. Sångare 10 sade att låten Tranor ”är som ett sorgligt minne, den handlar om hopp.” Det höll sångare 11 med om och tillade att ”Den handlar om hopp och att sprida hopp. Inte bara om hopp i sig.”

Efter att ha fått en tydligare gemensam uppfattning om vad Tranor handlar om instruerade Sara att hela gruppen skulle sjunga sången till Linus. Efteråt uppstod spontant några kommentarer om upplevelsen. Sångare 3 lyfte att det var skönt att ha något konkret att fokusera på. Hen sade också att det blev lättare att fokusera både på att förmedla något och behålla en hälsosam sångteknik. Sångare 12 reflekterade över att när budskapet var tydligt och de hade ett tydligt fokus så ”blev [det] enklare att förmedla det utåt.”.

Sara ställde en fråga om skillnaden mellan att vara privat och personlig i konsertsammanhang. Sångare 6 svarade ”Det handlar mer om var fokuset ligger. Det handlar mer om personligt intryck”. Sångare 8 tillade att ”Det är lätt att det blir en osynlig vägg mellan publiken och körsångarna. Att vi kollar på publiken blir mer personligt”. Några var överens om att det handlade om att vara medveten om vad man vill förmedla, samt hur man ska göra det, som var det viktigaste.

Sara gav instruktionen att gå in och ut från salen två gånger med olika perspektiv, sedan ställde hon frågan: ”Varför gjorde vi detta?” Sångare 3 fångade syftet bra och sade ”Medvetenhet om oss själva... konserten börjar inte när vi börjar sjunga”.

6.6 Sångarnas sammanfattande reflektioner och upplevelser som informanter

Gruppreflektonerna efter den tredje workshopen övergick naturligt till en mer sammanfattande reflektion där sångarna fick reflektera över hela förändringsprocessen. Sångare 5 började med att reflektera över att det kändes roligare i workshop 2 och 3 när det var flera övningar som innehöll sång, och sade: ”När man sjöng tillsammans blev

det bättre.” Sångare 6 reflekterade över sin egen insats och sitt deltagande. Hen sade: ”Jag har inte kunnat ta det seriöst, jag har behövt ta väck mig själv för att inte sabba någonting. Jag tycker det blir obekvämt och börjar skratta.” Sångare 5 reflekterade över hur övningarna har lett till att kören kan starta en låt samtidigt utan dirigent. Sångare 12 nämnde: ”Vissa saker vet vi att de är överdrivna. Men det är skönt att få göra ytterligheter.” Sångare 13 reflekterade över körens självbild: ”Det här med körbilden, det är jätteviktigt att jobba på det... Det finns ändå en osäkerhet. Att hitta en gemensam bild är viktigt, men den kan se lite olika ut.” Sångare 3 tillade: ”Roligt att ha dessa diskussioner. Man blir tajtare.”

Sara frågade gruppen om sångarna märkte en skillnad, både som publik och sångare att sjunga med instruktioner. Sångare 8 berättade ”När det gäller instruktioner, det är lättare att få instruktioner från dig när du dirigerar kontra när du säger det. Du, Sara, styr inte bara taktslag. Jag har saknat en dirigent”, vilket fick medhåll från flera andra. Sångare 1 insåg att processen påverkat hen och delade sina frustrationer med gruppen: ”Av nån anledning behöver man alltid påminna sig om att vi ska förmedla något... Lite frustrerande att det här borde komma naturligt men det gör det inte.”

Sara frågade om det var svårare att sjunga med instruktioner om att göra någonting utöver sången. Det väckte delade meningar hos sångarna. Några tyckte att det var bra att vi arbetat med sånger de redan kunde utantill. Andra tyckte att det hade hjälpt dem att arbeta med hur de skulle gestalta från start då upplevelsen hos dem var att det blir svårare att lägga till fler saker efter hand. Sångare 6 tillade: ”Så som vi har jobbat idag, med uttryck, känner jag igen mycket när jag jobbade i barnkör. För man kan lura barn så mycket bättre. Men vi är inte barn. Det som jag känner nu är att när jag får instruktion så tror jag inte att jag sjunger bättre.”

Sara ställde frågan hur gruppen upplevde att arbeta på det här sättet, tvärkonstnärligt, i workshopformat. De i kören som tidigare arbetat tvärkonstnärligt upplevde det inte som svårt, och pratade om igenkänning i övningarna. De sångare som inte hade någon eller bara lite erfarenhet av tvärkonstnärligt arbete upplevde större utmaningar och svårigheter genom hela studien.

Sångare 3 satte ord på vad som varit svårt för hen och spekulerade kring de andras upplevelser när hen sade ”Det har varit utmanande för många. Man har behövt gå utanför sin komfort zone. Kanske särskilt för de nya medlemmarna. Det känns som att

vi har gjort en resa. Nivån har varit densamma, men det känns som att vi har mindre hämningar nu, för att vi har släppt den stoltheten av sig själv lite grann... Vi är här för att vara ensamma med varandra för att tillsammans kunna känna oss trygga”.

Några frågor hanns inte med efter sista workshopen. De frågorna ställde Sara till kören vid nästa repetition. Sara ställde frågan om vad sångarna har fått med sig från denna process. Sångare 6 reflekterade hur processen har ”underlättat att komma ur rädslan av att experimentera, jag har vågat gå ur min komfort zone”. Från det tillade sångare 14 hur värdefullt det har känts, då hen är ny i kören. Hen sade: ”Eftersom att jag är ny, jättebra för att hitta ett sound och våga testa vad jag kan göra med min röst i den här kören”. Sångare 7 förklarade hur processen har bidragit med ytterligare tankesätt, då körsångare kan använda mer än bara lyssnandet för att känna in varandra. Hen sade: ”Det är inte bara att lyssna, det är också att känna in. Så har jag inte tänkt innan.” En annan sångare reflekterar över kopplingen till sin kropp ihop med sången ”härligt att få koppla kroppen till sången, inte bara att tänka på stödet och hur man uttalar ordet... hur ska mina fötter se ut och hur ska mina händer se ut. Det känns som att man har kroppen med sig i sången” (Sångare 5).

Sara frågade om sångarna kan tänka sig att implementera ett tvärkonstnärligt tankesätt mer generellt. Sångare 7: ”Saker som jag har tagit med mig, är ju till exempel alltid nu, när jag går upp på scen så är jag på en scen tills jag har bugat... Lyssna in åt olika håll i kören, när man väl är så säker i sin stämma att man kan släppa noten... jag har haft jättemycket nytta av det.” Sångare 8 menar att rörelserna också hjälper till att underlätta att komma ihåg var hen är i en sång, för att rörelsen blev ihopkopplad med texten och därför blev minnet av helheten tydligare.

Vidare frågade Sara om tvärkonstnärligt arbetssätt kan gynna repetitionerna. Sångare 9 berättade att hen tycker att det varit bra att arbeta tvärkonstnärligt mer generellt och inte bara inför konsert och att det borde implementeras mer. Sångare 6 tillade att det är skönt att arbeta med det tidigt i processen för att det ger en större säkerhet och stabilitet. Sångare 10 lyfter att det varit fint att göra övningarna för övningens skull, inte nödvändigtvis för att man måste ha med allt till konsert. Hen fortsatte med att säga att ”gruppen kan ta sånger de redan kan och skapa fokus på olika saker, som vad känner vi i denna sången? Vad vill vi säga? Hur säger vi det? Eller ha fokus på musikaliska aspekter, bara för att, för att kunna jobba på de sakerna och landa i

det tillsammans som en kör”. Sångare 11 tyckte att det var roligt att göra övningarna, men att de inte bara vill arbeta tvärkonstnärligt, då det även är bra med en vanlig körrepetition när man börjar med en ny sång till exempel. Sångare 6 tillade hur ”det är också värdefullt att göra övningar för övningens skull, så att vi ska hänga ihop som en körkropp”, vilket knyter an till sångare 10s tankar.

Gruppdiskussionen fördes vidare och Sara ställde frågan om när i processen det kan passa att börja införa tvärkonstnärligt arbetssätt Sångare 3 sade: ”I början har alla mycket fokus på sin egen stämma, när vi börjar kunna lämna det”. Alltså när kören är säkra på sina stämmor och kan börja att lyssna på varandra mer medan de sjunger.

Sara öppnade för övriga frågor och kommentarer. Sångare 4 började med att säga: ”Att starta en egen låt, jag kände inte att det var häftigt, jag upplevde inte att vi gjorde det på instinkt... men jag är ganska strukturerad som person, jag gillade det inte alls.” Till sist säger sångare 15: ”Det kändes som att vi blev närmare varandra.”

7 Diskussion

I detta kapitel följer vår diskussion, slutsats och förslag till vidare forskning.

7.1 Upplevelser av tvärkonstnärligt arbete

Att kunna nå fram till publiken och beröra är något som vi anser att varje körledare bör eftersträva med sin kör. Vi vill hävda att kören lättare kan uppnå detta genom att arbeta och tänka tvärkonstnärligt. Som aktionsforskare har vi provat ett underlag och deltagit i en förändringsprocess med kören Bella Voce - Lunds Studentsångerskor. Hjulström nämner att för att kunna beröra publiken så är det viktigt att veta vad du ska berätta och ha en scenisk medvetenhet. Ellsworth (2019), Sønning (2020) och Langley (2023) skriver hur tvärkonstnärlighet också kan berika publikens upplevelse. När sångarna gick runt i rummet under Workshop 2 reflekterade Sara över att några sångare gjorde övningarna men deras fokus var på att göra ”rätt” och därmed var de inte fullt närvarande i processen. Sara reflekterade att det kändes likadant i Workshop 3. Även några körsångare reflekterade över att det blev svårare när de behövde fokusera på någonting utöver sången, exempelvis sade sångare 7 att det kändes som ”stundvis att sången inte är fokus.”.

Sångarna hade olika uppfattningar om hur och när, i processen, som man ska börja att implementera ett tvärkonstnärligt tillvägagångssätt. I vår intervju med Hjulström beskrev hon att tid man spenderar på övningar är tid man spenderar för att skapa en körkropp, därmed tjänar man in tid. Även Hubert (2024) nämner hur rörelser kan vara hjälpsamma i inlärningsprocessen för körsångare och körpedagoger. Sångarna i kören Bella Voce - Lunds Studentsångerskor hade olika uppfattningar om när, och hur, de vill börja implementera tvärkonstnärliga övningar i inlärningsprocessen. En del av sångarna ville helst börja tidigt i processen medan andra tyckte att det hade varit jobbigt att börja tänka på något annat än sin egen stämma. Sångare 6 nämnde hur övningarna kan ha ett värde i sig, då de förstärker körens gemensamma körkropp. Briggs i Choral Journal (2020) skriver att deltagarnas förståelse för vad övningarna kan ge, ur ett musikaliskt perspektiv, kan påverka hur lyckat det blir. Under våra workshops har många uppfattat och förstått meningarna med övningarna, men inte alla.

7.2 Sångarnas och Anci Hjulströms perspektiv på scenisk kör

I vår intervju med Hjulström lyfte hon upp några aspekter att ha med sig när man ska genomföra workshops inom scenisk kör. Hjulström nämnde att hon numera gärna använder begreppet levandegöra kör, istället för begreppet scenisk kör. Det gör hon för att scenisk kör idag ofta skapar mycket associationer. Ett begrepp som Hjulström nämnde är begreppet körkropp, vilket Hjulström tror att hon själv har kommit på. Det beskrev hon som att kören ses som ett instrument som består av flera olika röster, med en kropp och många ben. Hon nämnde hur det kan vara en trygghet för körsångare att veta vad de gör på scen och att det kan underlätta sjungandet. Tanken om körkroppen lyfts också av Saltofte (2025) där hon skriver hur körkroppen kan vara ett verktyg för både kollektiv och individuell utveckling.

Under våra workshops reflekterade sångarna om hur de, i denna förändringsprocess, håller på att skapa en körkropp. Sångare 3 nämnde hur viktigt det är att öva närvaro som sångare. Sångare 4 berättade om hur de upplevde att kören tog en gemensam inandning och började gå tillsammans, som en körkropp. Sångare 5 berättade hur körkroppens närvaro medvetandegörs i övningarna. Hen sade ”Vi skapar en egen närvaro, en egen grej.” Sångare 6 tillade: ”Det är också värdefullt att göra övningar för övningens skull, så att vi ska hänga ihop som en körkropp.” Sångarna beskrev en viss förståelse för hur det kan kännas att vara en körkropp och vad det kan tillföra kören.

Hjulström nämnde hur scenisk medvetenhet är väsentligt för att kunna beröra publiken. Sångarna har reflekterat hur de kommer fram till en gemensam scenisk medvetenhet. Sångare 7 reflekterade över att de är på scen fram tills de har bugat. Sångare 8 reflekterade över att de kan lägga sin blick på publiken för att skapa en personlig känsla. När Sara ställde en fråga efter övningen Hur förmedlar vi? svarade sångare 3 att det handlade om medvetenhet om kören som en helhet, hen sade: ”konserten börjar inte när vi börjar sjunga.” Sångarnas reflektioner om scenisk medvetenhet ger oss en inblick i deras förståelse för deras roll som kör, samt hur de skapar sig en scenisk medvetenhet över det faktum att de sjunger till en publik.

7.3 Hur fungerade våra övningar?

Med det underlag som vi har provat under våra workshops har vi berört några teman som vi ser som viktiga inom scenisk kör. De teman som vi anser att vi har berört är sammanhållning, förmedling, uttryck, energin i rummet, hur man betar sig på en scen och att känna in varandra. Som vi tidigare nämnt är omfattningen av den kurs vi läser inte tillräckligt stor för att kunna arbeta mycket med varje tema eller kunna beröra fler teman. Med det sagt anser vi att man kan beröra dessa teman med en mängd andra övningar som vi inte har möjlighet att prova under denna studie.

Till vår första workshop fokuserade vi på att arbeta med gruppens sammanhållning och energin i rummet. Valet av att börja med dessa teman var för att skapa en tillåtande stämning där alla känner att de kan våga utforska hur det är att vara lite utanför sin komfort zone. Vi anser att de allra flesta människor söker sig till trygghet snarare än att slänga sig ut i något som man inte är lika van vid, vilket i sin tur kan skapa hämningar för vad man kan eller vågar göra. Att känna att man är trygg med gruppen kan minska dessa hämningar och man vågar alltså göra mer, vilket kom fram i reflektionerna hos sångarna. Både nya och gamla sångare i kören ansåg att dessa övningar tillförde till sammanhållningen i gruppen och med det vågade de experimentera. Denna trygghet i både grupp och rum betonas av Janzon (2014) som en förutsättning för att övningar ska fungera på bästa möjliga sätt. Den stora övningen vi gjorde under den första workshopen som fokuserade på sammanhållningen var Knuten och den har ingenting med sång att göra. Övningen verkade vara väldigt positivt bemött och att den gjorde skillnad i gruppen stärks av Nilsson (2016) som menar att en bra sammanhållning leder till ett bra samarbete. Därmed vill vi rekommendera att göra generella samarbetsövningar i körer. En aspekt att ha med i detta är att vi gjorde övningarna med en studentkör och att övningar där man leker har en bra chans att vara effektiva på grund av att medelåldern är låg. Våra erfarenheter säger att med ungdoms- och barnkörer är detta väldigt effektivt. Det kan finnas en risk att mötas av motstånd när man arbetar med körer som har en högre medelålder, till exempel en pensionärskör.

Vår Reset uppfattade vi ha en positiv effekt på sångarna då de verkade mer avslappnade och verkade känna in varandra. Att känna in varandra är något som, enligt vår erfarenhet, inte görs ofta. Det är vanligt att musikaliskt möta varandra via sinnen som syn och hörsel, men inte så vanligt genom att skapa och känna in energin i rummet.

Våra erfarenheter säger att begreppet energin i rummet kan vara otydligt och att göra övningar om det kan vara svårt att förstå och använda sig av. Trots detta finns det en övning som visar på att det är något som ändå kan kännas. Övningen Steget fungerar bara när alla är fullt fokuserade och känner in varandra. Detta var något som kören klarade av och enligt deras egna reflektioner ansåg de att det var väldigt häftigt att de klarade av det. Att känna in varandra är starkt kopplat till körkroppen. Även Saltofte (2025) pratar om körkroppen och hur den kan vara ett verktyg för kollektiv och individuell utveckling. Vi vill argumentera för att övningar med fokus på att känna in varandra hjälper gruppen som helhet men även utvecklar individens förmåga att samarbeta och sjunga i grupp. Sångare 7 uttryckte förståelsen av detta då hen sade ”Det är inte bara att lyssna, det är också att känna in. Så har jag inte tänkt innan.”.

För den andra workshopen ville vi fortsätta att arbeta med gruppens sammanhållning och gjorde övningen Trollkarlen. Övningen innehåller inte några moment där de får sjunga, istället får de öva sig på att leda och följa varandra. Målet var att de skulle släppa hämningar som finns i huvudet över att rörelser är pinsamma och istället agera på impulser. Att få gå på impulser i grupp hjälper även körkroppen då sångarna både reagerar individuellt på vad ledaren gör samt känner in så att de är en del av gruppen. Att få öva på att röra sig som grupp blev en bra uppvärmning inför vår nästa övning, Tre saker, där de istället fick röra sig helt individuellt. Det tog bort rädslan av att bli dömd för att röra sig själv på scen. Även nästa övning, Statyer, upplevdes som att det gick väldigt bra på grund av att vi gjort övningar där man engagerar kroppen tidigare. Sångarna själva uttryckte att de såg poängen att släppa loss i kroppen inför att gå på impulser av varandra. På grund av att vi lyckades skapa en bra uppbyggnad för de olika övningarna var det en god stämning i gruppen och de verkade ha roligt. Dessa övningar upplever vi är lätta att förstå och vi vill att de ska vara prestigelösa ungefär som lekar. Från övningarna kan man få inspiration till hur framträdandet av låtar kan bli. Det stärks av Janzon (2014) som menar att en utgångspunkt från leken är ett konstnärligt redskap för att bygga ett framträdande.

Något vi observerade var en kort förvirring vid beskrivningen av övningen Statyer. Det var tydligt att den verbala beskrivningen inte helt fick sångarna att förstå vad de skulle göra, men när övningen kom igång förstod alla. Här var förvirringen kort men en stor förvirring uppstod när vi beskrev övningen Hemligheten i vår sista workshop. Det

observerades av alla tre och i sångarnas reflektioner framkom det ifrågasättande kommentarer om övningen. Vi observerade även att denna förvirring påverkade de övningar vi gjorde precis efter Hemligheten. Hur hade vi kunnat göra för att motverka denna förvirring? Hjulström anser att som ledare av övningar i ämnet behövs full vetskap om vad varje övning kommer att tillföra. Hon lägger också vikt vid att ta hänsyn till vilka som är i rummet och med det en förståelse över hur det bäst beskrivs för dem. Därför måste den som leder vara väl förberedd på hur hen ska beskriva en övning och veta hur hen ska uttrycka sig, då det är väsentligt för att nå fler vilket i sin tur har större effekt på kören. Eftersom vi jobbar med människor kommer det nästan alltid dyka upp någon fråga och då måste ledaren vara beredd att förklara övningen på något annat sätt. Ett tankesätt som kan vara värt att ha med sig är att visa hur övningarna har en påverkan på det musikaliska resultatet, vilket hjälper till att öka intresset och fånga upp dem som till en början varit skeptiska till övningarna (Briggs, 2020).

Utöver förvirringen i denna övning ansåg vi att det var en tydlig förlust i fokus under övningen Gå in i rummet. Gruppen som skulle vara publik var inte fokuserad när den aktiva gruppen gick igenom rummet. Som sagt var det en övning som vi inte hade planerat tillsammans och både Halldór och Linus ansåg att övningen tappade sin poäng på grund av hur den introducerades. Sara valde att göra övningen då hon ansåg att flera sångare inte hade förstått vad vi var ute efter, vilket stämmer överens med en av Briggs (2020) faktorer över påverkan på övningar med rörelse för kör.

Till den tredje workshopen såg vi alla tre till en början ett lugn i sångarna då de fick sjunga mycket. Även om sångarna under de tidigare workshops vi haft har sett en koppling till sången var det en påtaglig skillnad i förståelse när de väl fick börja sjunga. Att de flesta känner sig trygga när de får sjunga är inte oväntat då det är därför alla är där. Vi anser att det är rimligt att utgå från att majoriteten i en kör är mer vana och bekväma med att sjunga än att göra övningar kopplade till drama eller rytmik.

Utöver att sjunga fick kören reflektera mycket under workshop 3. Detta anser Hjulström är väsentligt då hon menar att en föreläsning av den som leder är helt ointressant, det är att engagera sångarna i reflektion som är intressant. Vi anser att det var en tydlig musikalisk skillnad när kören sjöng för Linus efter att ha fått reflektera tillsammans om meningen av låten Tranor. Våra erfarenheter säger att när kören har fått vara med i processen av att analysera ett stycke finns en större chans att det skapas en

närvaro hos sångarna och en tydlig energi i rummet då alla vill förmedla samma sak. Vi ser att dessa aspekter förstärker varandra och det kopplas även till Briggs (2020) som menar att sångarnas delaktighet i övningarna är en faktor för lyckade övningar. Även sångarna ansåg att det var viktigt att de tillsammans hittade en gemensam bild av vad de ville förmedla. Det är viktigt att ha i åtanke att syftet med musik är att förmedla känslor och beröra vilket därmed lägger vikt vid övningar som fokuserar på det. Sångare 1 stödjer detta då hen uttryckte: ”Av någon anledning behöver man alltid påminna sig om att vi ska förmedla något... Lite frustrerande att det här borde komma naturligt men det gör det inte”.

7.4 Påverkan på musikaliska aspekter

Vi har arbetat efter premisen att ett tvärkonstnärligt arbetssätt skulle gynna de musikaliska aspekterna i körens framförande, eftersom det tydligt stöds av forskningen vi hittat. Till exempel Briggs (2020) menar att rörelser i kombination med körsång kan gynna allt från fokus, andningsteknik, sångteknik, klang, rytm, och intonation samt bidra till ett mer expressivt resultat i form av tydligare dynamik, frasering, känsla med mera.

Det som hände under workshop 2 när kören faktiskt fick sjunga lite uppfattades av Halldór som att klangen blev bättre när kören gick runt i rummet och att sången generellt var bättre då. Saras upplevelse liknade Halldórs, i att klang och intonation blev bättre när de rörde sig. Sara upplevde också att det kommer lättare och naturligare för några sångare att röra sig än andra. Detta knyter an till vad både Briggs (2020) och Apfelstadt (1985) skriver om rörelse och hur man kan arbeta med detta. De båda menar att det är en inlärningsprocess att lära sig att sjunga och röra sig samtidigt, där vissa har det lättare och andra har det svårare. De båda säger också att alla sångare, oavsett förutsättningar, kommer att gynnas när inlärningskurvan planar ut.

Linus upplevelse var däremot att kören blev mindre samsjungen när de fick instruktionen att gå och stanna tillsammans. Han upplevde också att kören generellt blev ryckigare i sina rörelser när de hade mer än en sak att tänka på, det vill säga att både sjunga och gå/stanna. Det är intressant då det också kan knytas till både Briggs (2020) och Apfelstadts (1985) kommentarer om att det kan vara en ansträngning att börja arbeta tvärkonstnärligt när man inte gjort det så mycket innan. Briggs (2020), Apfelstadt

(1985) och Hjulström menar att ansträngningen, som kan upplevas under omställningen till att få kören att arbeta mer med rörelser och scenisk gestaltning, är värd de vinster som kommer i ett längre perspektiv.

Under workshop 3 upplevde vi liknande saker kring de musikaliska aspekterna, men det sjöngs mycket mer under denna workshop. Vi upplevde att kören kändes lite splittrad i Hemligheten, men när Sara gav kören ett nytt fokus, att sjunga till Linus, blev resultatet musikaliskt bättre i fråga om intonation, klang och dynamik. Vi upplevde alla tre denna förändring. Vad det var som föranledde denna förändring var förmodligen en kombination av både vad vi gjorde innan, hur diskussionerna gick kring vad Tranor faktiskt handlar om och vad kören vill förmedla samt att Sara också gav kören ett tydligt fokus i instruktionen att de skulle sjunga för Linus. Det knyter an till det som Hjulström pratade om i vår intervju, att om man inte vet vad man ska eller vill förmedla ska man inte gå upp på en scen och försöka förmedla något.

Sångarna själva upplevde också faktorer som påverkade de musikaliska aspekterna både positivt och negativt. Vi anser att det måste få lov att vara en del av förändringsprocessen att kören upplever både framsteg och bakslag innan gruppen kan landa i något nytt som kan bli ett stabilt tillvägagångssätt för kören att implementera i sitt arbete framåt. Även Briggs (2020) menar att de sångare som eventuellt har ett större motstånd mot tvärkonstnärlighet kommer att minska sitt motstånd när de upplever resultatet. Denna process är inte klar i kören ännu, och även om det har kommit en bit på väg så behövs mer tid innan kören kan landa helt i detta nya arbetssätt.

Sångare 10 lyfte att det varit fint att göra övningarna för övningens skull, inte nödvändigtvis för att man måste ha med allt till en konsert. Hen menade att det skapade en större trygghet när kören fick prova saker utan att det måste bli ett resultat och att det är något positivt för kören som helhet ur ett musikaliskt perspektiv. Sångare 14 menade att våra workshops varit värdefulla eftersom hen är ny i kören och på grund av upplägget kände att hen fick möjlighet att utforska hur hens röst kan ta plats i kören. Sångare 7 delade att hen fått en djupare medvetenhet kring musikaliska aspekter eftersom det inte bara handlade om att lyssna, utan också att känna in. Några nämnde att det var skönt att få koppla ihop kroppen till sången och att det kändes mer stabilt på grund av det. Sångare 3 noterade att sången blev ”tätare” men att hen kände sig lite busig när hen skulle ha en hemlighet. Dessa aspekter underbyggs av Saltofte (2025) som

menar att när sångarna förstår syftet med övningarna kan de också tydligare implementera de förändringar som behövs för att fortsätta utvecklas individuellt och i gruppen.

Vidare hade några sångare intressanta upplevelser i övningen Hemligheten, då en sångare upplevde att hen blev störd av de andra under sången, då hen var så fokuserad på sin hemlighet att ljudet plötsligt störde koncentrationen. Sångare 5 konstaterade att starten på andra versen i sången blev mindre tydlig när de skulle ha en hemlighet, och motiverade detta med att alla hade olika saker i huvudet. Detta beskrivs av bland annat Apfelstadt (1985) som någonting som kan hända innan gruppen fått rutin på vad de gör och varför.

När de fick ett gemensamt fokus i att sjunga för Linus uttryckte flera att det kändes fokuserat, att det lät bättre och att det blev enklare att försöka förmedla ett budskap och behålla sångteknik samtidigt. Att behålla sångteknik och förmedla ett budskap samtidigt upplevdes alltså av några sångare som svårare när fokuset var mer internt och privat. Sångarnas egna reflektioner går också hand i hand med Hjulströms tankar om att en stor del av syftet med scenisk kör är att alla i gruppen själva reflekterar, att de tänker på musiken, vad de vill förmedla och hur gruppen gör för att rummet alltid är och förblir snällt.

7.5 Övningarnas påverkan på gruppen

Hjulström betonar vikten av trygghet i gruppen och i rummet, och att skapa ”ett snällt rum”. Hon menar att det är en av förutsättningarna för att våga arbeta med framträdanden på en scen. Linus upplevde att samhörigheten i gruppen var stark under vår sista workshop, och att stämningen generellt var hög. Det bröts dock av det faktum att det uppstod ett skav under övningen Hemligheten. Även Sara upplevde detta skav, samt att fler i gruppen också kände av det. Linus observerade att det var Saras svar på en fråga som, enligt honom, var orsaken till skavet. Svedberg (2016) skriver om att ju större en grupp är desto viktigare är ledaren och dennes ledarskap. Det innebär att ledaren både kan hjälpa och stjälpa gruppen beroende på hur den agerar. Vi frågade aldrig gruppen om hur de upplevde situationen, och därför kan vi inte veta hur de faktiskt upplevde den. Gruppen påverkades och energin låg kvar i rummet till den punkt

då Sara bröt övningen och gav kören nytt fokus i att sjunga till Linus. Saras upplevelse var att rummet fortfarande var tryggt och snällt, men det är en möjlighet att alla inte upplevde det så.

De två sångarna som efter workshoppen ville prata med Sara tog upp att de hade känt sig väldigt hämmade i processen på grund av en annan sångare som bara ville göra ”rätt”, och inte nödvändigtvis prova saker och vara i processen. Det är tråkigt att övningarna eventuellt förlorar sitt syfte för att några sångare försöker göra rätt istället för att upptäcka. Det är många komplicerade processer som är igång i en kör hela tiden som berör gruppdynamik och gruppsykologi. Nilsson (2016) skriver att sammanhållning inte bara gäller grupper som tycker om varandra. Även grupper som har mer eller mindre problem socialt kan ha en stark sammanhållning för att gruppen enas kring en uppgift eller ett gemensamt mål.

Gällande Bella Voce - Lunds Studentsångerskor är det mycket möjligt att just det sistnämnda är fallet. Då blir det extra svårt när någon bryter mot det oskrivna kontrakt som sångarna gemensamt förhållit sig till i just denna uppgift, att vara öppna för den process som förhoppningsvis kommer leda kören framåt i utveckling. Om Sara märkt av det så hade hon försökt bryta mönstret på något sätt. Detta skedde inte och upplevelsen blev därför negativ för några sångare i den ena gruppen.

När ledarskapet blir otydligt kan det skapa mer konflikter då andra kan komma att försöka ta över de aspekter som de anser saknas för ett fungerande ledarskap (Svedberg, 2016). Kanske är det detta som hänt i kören vid detta specifika tillfälle? Sara gav en instruktion där ingen klar ledare inom de två grupperna angavs eftersom det inte var syftet, vilket kan ha lett till vad Nilsson (2016) benämner som rollkonflikter inom den mindre gruppen. Det kan exempelvis ha varit en inre rollkonflikt som uppstod, men det kan också ha varit ett försök att ta en roll som var mer önskvärd i form av en ledarposition. Detta skulle medföra mer makt, men eftersom övriga i gruppen inte var med på bytet av roller så föll det inte väl ut.

Sara och Linus noterade båda att sångarna under workshop 3 plötsligt hade ett lugn som inte funnits tidigare. Vi tror att det beror på det faktum att de fick sjunga mycket mer under denna workshop, vilket är mer i deras trygghetszon än de andra workshopparna var. Ingen av oss noterade anspänningen i rummet innan punkten då den

inte var där längre. Vi ser positivt på att de fick känna det lugn som fanns under workshop 3, eftersom det var mycket som hände socialt i gruppen under det tillfället.

Sångarna själva benämnde sina upplevelser av studien som att den gjorde att de kom ”närmare varandra” (Sångare 15). Sångare 3 menade att de hade behövt gå utanför sina komfort zones och utmanats, men att det varit positivt för kören som helhet för att det gett något större i form av utveckling, trygghet och inspiration. Detta fick medhåll från många i gruppen. Det är fint att många i kören upplevt processen och det som följt som positivt, och vill fortsätta arbeta med tvärkonstnärliga verktyg och arbetssätt även in i framtiden. Hubers (2024) skriver om att den amerikanska körtraditionen håller på att bryta sig loss från det stillastående västerländska konstmusikidealet. Detta verkar också ske både i Europa och i Sverige idag. Körer söker efter något annat, nya sätt att beröra. Vi anser, med stöd av bland annat Huber (2024), Briggs (2020), Apfelstadt (1985), Langley (2023), att tvärkonstnärlighet är en viktig nyckel i denna process, och vi ser att det också bekräftas av Bella Voce - Lunds Studentsångerskor.

7.6 Slutsats

Vår studie har visat att förändringsprocessen har varit olika svår för sångare i kören. Vissa av körsångarna uttryckte att de inte tyckte det var svårt. Det skulle kunna bero på att de är mer vana vid liknande övningar på grund av någon annan konstnärlig bakgrund, såsom dans och teater. Andra körsångare ansåg att det var svårare.

För att försöka få alla körsångare att vilja vara med på en process som denna kan man utgå från Briggs (2020) fem faktorer. Om en körledare kan vara tydlig med de fem faktorerna och, som Hjulström nämner, om körledaren har en ”total täckning för varför du gör den” så har körledaren förutsättningarna för att lyckas. Saras upplevelse har varit att gruppen lyfts när de lyckats med övningar i bemärkelsen att det varit roligt eller gått bra. Förberedelserna har också varit noggranna från Saras perspektiv att ge sig själv de bästa förutsättningarna för att kunna hjälpa kören igenom processen som denna studie inneburit för dem. Trots detta har det inte alltid gått enligt planeringen, och exempelvis Hemligheten fungerade jättebra för några, men inte alls för andra. Det betyder inte nödvändigtvis att förberedelsen inte fungerat eller att Sara inte visste hur och varför övningarna valdes. Det har främst berott på att Saras erfarenhet i att genomföra denna typ av workshops är mycket liten, och hon har också befunnit sig i en läroprocess.

Hjulströms erfarenhet är lång och väl beprövad och skulle Sara fortsätta att arbeta sceniskt med Bella Voce - Lunds Studentsångerskor, vilket är målet och planen, kommer hon utveckla sin kunskap och sina verktyg för att fortsätta bli bättre på de saker som kändes svåra under studiens gång. Det visar också på att vilken körledare som helst som har intresse och viljan att arbeta sceniskt kan börja göra det med sin kör.

Vi har kommit fram till att förändringsprocessen som Bella Voce - Lunds Studentsångerskor påbörjat är och har varit positiv, både för oss och för kören, även om det kommer ta tid innan alla sångare landat i det nya. Kören söker efter något mer, nya sätt att beröra publiken de möter. Ett positivt utfall som kommit efter studiens slut är körens beslut att fortsätta implementera tvärkonstnärliga övningar och processer under både övningar och konserter. Därmed kommer förändringsprocessen att få utrymme att fortsätta i Bella Voce - Lunds Studentsångerskor.

Vi har märkt av, vid flera tillfällen, att körens musikaliska aspekter kan lyftas med hjälp av övningarna som vi har genomfört. Exempelvis i workshop 3 när kören skulle sjunga till Linus, då det uppfattades av alla observatörer att kören lät bättre än innan. När kören var splittrad i var de skulle lägga sitt fokus skapades en osäkerhet som visade sig utåt. Litteraturen visar att publikens konsertupplevelser berikas av tvärkonstnärliga inslag (Ellsworth, 2019 & Sønning, 2024). Att få körsångarna att inse värdet i hur tvärkonstnärliga inslag berikar både konsertupplevelsen och repetitionerna är körledarens ansvar.

Förändringsprocessen har bidragit till att kören som helhet reflekterar mer kring vad de gör och varför de gör det, samt till att de gärna tar diskussioner kring musikaliska aspekter och vad som händer vid användandet av olika verktyg på ett annat sätt än tidigare. Detta är ett av målen med förändringsprocessen vi önskat skulle ske, vilket är mycket positivt att se efter den korta tid studien pågått.

Vi som aktionsforskare och körsångare ser en tydlig vinst i att arbeta tvärkonstnärligt. Men för att det ska vara lyckat måste alla involverade vara villiga att röra sig åt samma håll.

7.7 Vidare forskning

Under studiens genomförande har vi märkt av flera områden som vi tycker vore intressanta och viktiga att forska vidare på. Vi har märkt att förutsättningarna för att arbeta tvärkonstnärligt kan variera en hel del och det kan beror på flera faktorer. Därmed hade det varit intressant att försöka forska kring vilka faktorer det är som påverkar förutsättningarna för att kunna genomföra tvärkonstnärligt arbete. Det är viktigt för att skapa förståelse för de processer som pågår i grupper när en ledare vill arbeta med tvärkonstnärliga arbetssätt, och för att kunna göra det på ett effektivt och tillfredsställande sätt.

Vi märkte tydligt hur viktigt deltagandet från körsångarna var för att övningarna skulle kännas lyckade för oss. Vi som körledare kunde hela tiden se vad kören tjänar på att arbeta tvärkonstnärligt, men alla körsångare hade inte samma uppfattning. Därmed hade det varit värdefullt att forska på vilka faktorer som kan leda till ökad delaktighet bland körsångare när en kör väljer att arbeta tvärkonstnärligt. Detta eftersom deltagandet är av största vikt för ett positivt resultat, och för nya ledare och pedagoger kan det vara svårt att se dessa faktorer i förväg. Då kan studier som tar upp framgångsfaktorer vara till stor hjälp i att indikera vad som skulle kunna vara effektivt i ett sådant arbete. Det skulle då vara möjligt att utgå från Briggs (2020) tankar om hur och varför en körledare kan och bör implementera rörelser i repetitionssammanhang.

Inom detta ämne hade det också varit intressant att forska vidare på körsångares bakgrund inom andra konstnärliga former såsom dans, teater och rytmik för att se hur mycket det påverkar både inlärningskurvor och sångarens inställning till arbetet. Detta för att det skulle kunna skapa en större förståelse för processen för de ledare/pedagoger som väljer att arbeta tvärkonstnärligt. Ju mer information kring olika aspekter som finns desto lättare blir det att implementera, speciellt för nybörjare.

Det skulle vara av vikt att undersöka deltagarnas villighet att delta med körens samhörighet i fokus, vilket vi anser är viktigt då det mellanmänskliga mötet är något av det mest grundläggande i vårt samhälle.

Det skulle även vara värdefullt att forska på hur körledare som arbetar tvärkonstnärligt lägger upp sina repetitioner och sina konserter. Då skulle studiens fokus bli att få en inblick i hur repetitionerna hänger ihop med konserten, vilka då blir ett slutresultat av repetitionerna.

8 Referenser

- Apfelstadt, H. (1985) Choral Music in Motion: The Use of Movement in the Choral Rehearsal". *The Choral Journal* 25(9), 37–39. <https://www.jstor.org/stable/23546837>
- Briggs, K. E. (2020). How and why to incorporate movement in choral rehearsals. *Choral journal: The official publication of the American Choral Directors Association*, 60(7), 77. <https://www.jstor.org/stable/26870201>
- Brinkkjær, U., & Høyen, M. (2020). *Vetenskapsteori för lärarstudenter*. Studentlitteratur.
- Christoffersen, L., och Johannessen, A. (2015). *Forskningsmetoder för lärarstudenter*. Studentlitteratur.
- Ellsworth, E. (2019). Concert Programs as Storytelling. *The Choral Journal*, 59(11), 8–17. <https://www.jstor.org/stable/26662773>
- Hjulström, A. (28 mars, 2026). *Anci Hjulström Musik & Scen* <https://www.ancihjulstrom.se/>
- Huber, C. (2024). Rehearsal Break: Incorporating Movement in Choral Performance: A Whole-Body Approach. *The Choral Journal* 64(9), 43–48. <https://www.jstor.org/stable/10.2307/27389836>
- Janzon, I.-M. (2010). *Scenisk kör 100 övningar, ett pedagogiskt idémateriel för ungdoms- och vuxenkör*. Gehrman's Musikförlag.
- Janzon, I.-M. (2014). *Skapande kör : ett pedagogiskt studiematerial om körens sceniska rörelsegestaltning*. Gehrman's musikförlag.
- Kemmis, S., McTaggart, R., och Nixon, R. (2014). *The Action Research Planner: Doing Critical Participatory Action Research*. Springer Singapore. <https://doi.org/10.1007/978-981-4560-67-2>
- Langley, D. W. (2023) Mind, body, and soul: The effects of bodily movement on listeners' perceptions of choral performances. *International Journal of Music Education* 41(2), 318–29. <https://doi.org/10.1177/02557614221096153>.
- Löfström, E., & Areskoug, L. (2020). *Aktionsforskning i praktiken*. Rev upplaga av Löfström, E (2011). *Handbok för aktionsforskning*. Eduko. Hämtad från

<https://www.uu.se/download/18.2293423318ecba401bd7345/1712906976463/aktionsforskning-i-praktiken.pdf>

Nilsson, B. (2016). *Samspel i grupp : introduktion till gruppdynamik* (2., omarb. och utök. uppl.). Studentlitteratur.

Saltofte, M. (2025). Shaping a Creative Choir by Learning to Listen?. *Ethnography and Education*, 20(2), 151–164. <https://doi.org/10.1080/17457823.2024.2440441>.

Svedberg, L. (2016). *Gruppsykologi : om grupper, organisationer och ledarskap* (6., [rev.] uppl.). Studentlitteratur.

Sångensemblen Amanda. (27 april 2026). Sångensemblen Amanda <https://amanda.nu/#sangensemblenamanda>

Sønning, A. (2024). *Creative Concert Production and Entrepreneurship: Concert Dramaturgy and Project Development for the Performing Arts*. Routledge.

Vetenskapsrådet. (2024). *God forskningssed*. <https://www.vr.se/analys/rapporter/vara-rapporter/2024-10-02-god-forsknings-sed-2024.html>

9 Bilagor

I detta kapitel presenterar vi de dokument och det underlag vi har använt oss av i denna studie. Här kan ni ta del av vår *Samtyckesblankett*, *Intervjuguide med Anci Hjulström*, *workshopsplaneringar* och *intervjuguide för gruppintervju med Bella Voce - Lunds Studentsångerskor*.

Bilaga 1: Samtyckesblankett



MUSIK- HÖGSKOLAN I MALMÖ

På ämneslärarutbildningen vid Musikhögskolan i Malmö skriver studenterna ett examensarbete på avancerad nivå. I detta arbete ingår att göra en egen vetenskaplig studie, utifrån en fråga som kommit att engagera studenterna under utbildningens gång. Till studien samlas ofta material in i form av t ex intervjuer och observationer. Examensarbetet motsvarar 15 högskolepoäng, och utförs under totalt 10 veckor. När examensarbetet blivit godkänt publiceras det i LUP. Det är Lunds universitets plattform för registrering och visning av publikationer som produceras av universitetets studenter.

27/2 2026

Samtycke till medverkan i examensarbete

Vi, Sara, Linus och Halldór, är studenter på Musikhögskolan i Malmö där vi går vår 10e termin på ämneslärarutbildningen. Därmed kommer vi att ta vår examen nu till sommaren.

Vårt examensarbete kommer att handla om tvärkonstnärligt arbete inom kör. Vi genomför en aktionsforskningsstudie där vi skapar ett material som består av övningar som är byggda för att hjälpa körledare bedriva ett tvärkonstnärligt arbete. Detta material kommer att testas med en kör för att se hur både körledare och deltagare upplever processen. Det gör vi genom en observation av övningstillfällena i körens vanliga övningslokaler. För att fördjupa vår kunskap om ämnet gör vi även en semi-strukturerad intervju med en expert inom scenkonst och iscensättande av kör.

Som deltagare i vår studie kommer du behöva dela ditt namn, ålder och erfarenheter av körsång och tvärkonstnärligt arbete, samt dina upplevelser av vad du får vara med om i studien. Du kommer även att vara med i dokumenterande film- och ljudupptagning. Som informant kommer du behöva dela med dig av ditt namn, erfarenheter av körsång och tvärkonstnärligt arbete. Intervjun med dig kommer att dokumenteras genom ljudupptagning.

Vi kommer att spela in både ljud och film för vår observation. Våra intervjuer spelas in med ljud och transkriberas. De som kommer att ha tillgång till materialet är vi som gör studien, samt vår handledare och examinator.

Allt material som samlas in, inklusive samtyckesblanketten, förvaras oåtkomligt på Musikhögskolan i Malmö och tas bort vid studiens slut.

Vårt projekt utgår ifrån Vetenskapsrådets forskningsetiska principer. Länk till den finns här:

<https://www.vr.se/analys/rapporter/vara-rapporter/2017-08-29-god-forskningssed-2017.html> Där står det bland annat att:

- Medverkan baseras på samtycke och detta samtycke kan när som helst återkallas. Alla som tillfrågas har alltså rätt att tacka nej till att delta, eller (om de först tackar ja) rätt att avbryta sin medverkan när som helst, utan några negativa konsekvenser.
- Deltagarna kommer att avidentifieras i det färdiga arbetet.
- Materialet kommer enbart att användas för aktuell studie och kommer att förstöras när denna är
examinerad.

Studentens underskrift
och
namnförtydligande

..... Studentens
underskrift och
namnförtydligande

.....Studentens
underskrift och
namnförtydligande

.....
.....

.....
.....

.....
.....

Kontaktuppgifter till
student (tfn nr, e-mail):

Kontaktuppgifter till
student (tfn nr, e-mail):

Kontaktuppgifter till
student (tfn nr, e-mail):

.....

.....

.....
.....

Ansvarig handledare på Musikhögskolan i Malmö:

.....

Härmed samtycker jag till att medverka i ovan beskrivna examensarbete, samt bekräftar att jag tagit del av informationen om Musikhögskolan i Malmös behandling av personuppgifter, och Vetenskapsrådets forskningsetiska principer, som säger att

- Medverkan baseras på samtycke och detta samtycke kan när som helst återkallas. Alla som tillfrågas har alltså rätt att tacka nej till att delta, eller (om de först tackar ja) rätt att avbryta sin medverkan när som helst, utan några negativa konsekvenser.
- Deltagarna kommer att avidentifieras i det färdiga arbetet.
- Materialet kommer enbart att användas för aktuell studie och kommer att förstöras när denna är examinerad.

Namn:.....

Namnförtydligande:.....

Dagens datum:.....

Bilaga 2: Intervjuguide - intervju med Anci Hjulström

1. Vad är det du jobbar med?
2. Vad är din tidigare utbildning i ämnet?
3. Hur skulle du förklara ”scenisk kör”?
4. Du nämner begreppet ”körkropp” på din hemsida och det är också ett begrepp som vi har stött på i olika körsammanhang. Hur skulle du beskriva/definiera ”körkropp”?
5. Vad fick dig att vilja arbeta med ”scenisk kör”?
 - a. Någon tidig erfarenhet? Något du själv kom på?
6. Vilka är dina förebilder inom ämnet? Varför just de?
7. Konsekvenser för kören med sceniskt arbete?
 - a. Upplevelser, arbetsbelastning?
8. Vad använder du för övningar för att utforma ”scenisk kör”?
9. Var har du fått inspiration för dina övningar?
 - a. Har du tagit efter andras övningar eller gjort egna övningar?
 - b. Är det något specifikt du är ute efter när du skapar egna övningar?
 - c. Är det något som du är varsam för när du skapar/väljer övningar?
10. Tips på litteratur inom ämnet?
 - a. Rytmik? Körsång? Körkropp? Iscensättande?
11. Är det något som du anser att vi har missat som har värde att tas upp?

Bilaga 3: Planering Workshop 1

Första workshop - 9 mars: (*landa i kroppen, kroppsmedvetenhet, känn in rummet, ögonkontakt*)

- **Reset**
 - Landa i sin kropp
 - Känna in rummet - vidga sina sinnen
- **Knuten**
 - Dela in i små grupper
 - Utveckling: Gör större grupper
- **Gå runt**
 - Fokusera blicken
 - Marken
 - Fötter
 - Knän
 - Höfter
 - Bröstkorg
 - Haka
 - Ögon
 - Säga: ”vad bra att du kom”
 - Stanna och börja gå tillsammans två och två
 - Vrida kroppen
 - Ta ett steg tillsammans som helgrupp

Bilaga 4: Planering Workshop 2

Andra workshop 16 - mars: (*landa i kroppen, vidga synen, ”impuls” i fokus*)

- **Landa i kroppen och rummet**
 - Vidga blicken
 - lite mer tänk på att vidga blicken (öppna upp sin energi, mer visuellt denna gången)
- **Gå runt - variation**
 - Sjung Daughter of Jonah och gå runt i rummet. Gör samma övning som förra veckan - alltså att gå runt och stanna när man möter någon med blicken för att sen börja gå tillsammans
- **Trollkarlen**
 - Övningen görs till musik som kan inspirera till olika sätt att röra sig på.
 - Sara börjar leda, hon är trollkarlen: Följ mig (+instruktion)
 - Ett marknadsställ öppnar: samma koncept men deltagare leder. Gå runt och testa följa olika marknadsledare.
 - Marknad: trollkarlen i olika hörn. Trollkarlen kan vända sig om och stänga marknaden.
 - En person styr en grupp genom att röra händerna, gruppen följer. Det är en tyst övning.
- **Vad gjorde jag igår?**
 - Alla får en minut att skapa tre rörelser för vad man gjorde igår - Alla vänder sig ut från cirkeln så att alla är inne i sin egna bubbla
 - ”Låt bara kroppen få göra”
 - Bestäm ordningen på alla tre - Gör alla i ordning och börja om igen (öva)
 - Hälften av kören får sätta sig ner och den andra halvan får visa sina koreografier
- **Statyer**
 - Mindre grupper, välj en låt ur repertoaren som man gestaltar. Gå på impulsen! Alla grupper gör alla låtar.

Bilaga 5: Planering Workshop 3

Sista workshop 20 - april: (*landa i kroppen, musikaliskt uttryck och sceniskt medvetande*)

- **kort uppvärmning**
- **Börja med en reset** (kanske inte allt för lång)
- **Jobba med "hemligheten"**
 - "vi ska sjunga Tranor"
 - sjung vanligt
 - (någonstans mitt i låten ge instruktion) gå runt i rummet med en hemlighet
 - Dela in gruppen i två delar - ena gruppen sätter sig och andra gruppen står mot dem
 - Gruppen som står sjunger låten en bit tills Sara avbryter
 - Sara informerar om "Världens bästa hemlighet" och låter gruppen sjunga igen med den i åtanke
 - Fråga de som ser på -> hur uppfattades skillnaden? Har ni några förslag på saker att göra? (tänk känsla, det behöver inte vara någon kopplad till låten) Testa gärna två kontrasterande känslor under samma genomsjungning "vänd på er, reset, vänd er tillbaks och sjung med den nya känslan"
 - byt grupp, de som sitter ner går upp.
 - Gör samma sak igen med andra gruppen.
 - När båda grupper har sjungit. "Vilken känsla vill vi förmedla?"
 - sjung hela låten tillsammans med den känsla som vi vill förmedla.
- **Hur förmedlar vi?**
 - Ställ frågan "Vad är skillnaden på personlig/privat i kontexten av ett konsertsammanhang?" -> De får diskutera två och två och sen en gemensam diskussion

- Delar in gruppen i två delar igen
- Sjung en annan låt - fortfarande hemligheten kvar
- Gå in mot varandra och bilda statyer, gå ut från varandra (antingen att båda grupper gör båda eller den ena går in och den andra går ut)

Bilaga 6: Gruppintervju efter sista workshop

Hur känns det att sjunga med de här instruktionerna?

Märker ni skillnad på upplevelsen, främst som publik, men även som sångare?

Är det svårare att sjunga såhär?

nån som har några andra tankar om detta tillfället?

Sammanfattande för hela processen

Hur har det varit att arbeta på det här sättet? Har det varit lättförståeligt? Svårt? Hur har nivån varit?

Vad skulle ni beskriva att ni har fått med er av den här processen?

Ser ni möjlighet att, som körsångare, implementera det här tankesättet generellt? Eller bara till sceniska projekt? Bara när ni står på en scen?

Är detta arbetssätt något som skulle gynna repetitionerna?

Var i processen ska man börja att implementera tvärkonstnärligt tänkande?