HVAD ER SANGENS HUS?

Sangens Hus

Alle har en stemme

Hvad er Sangens Hus?
Udgivet af Sangens Hus
© 2026 Sangens Hus og bidragyderne

Redaktion
Maja Höhn og Mette Johnsen Elbeck, Sangens Hus

Grafisk tilrettelæggelse
Janus Engelbrecht, Sangens Hus

Fotos
Ard Jongsma

Tryk
Jypa

Sangens Hus
Nørregade 7D
7400 Herning
www.sangenshus.dk

INDLEDNING

Igennem menneskehedens historie har sang sandsynligvis altid spillet en afgørende rolle. Sange og sangtekster har været med til at indkredse store følelser og begivenheder – både på det personlige plan og ikke mindst til at give fællesskaberne stemme. Sang skaber samhørighed. Mennesker, der synger sammen, hører sammen.

Sangens Hus arbejder for, at endnu flere mennesker får mulighed for og lyst til at synge, opleve glæden ved sangens poesi og få del i store kunstneriske oplevelser. For sang er godt i sig selv.

Samtidig er sang godt for noget. Sang kan være med til at adressere nogle af de store udfordringer, vi som mennesker og fællesskab står med – fra ensomhed til fysisk og psykisk mistrivsel. Kultur i form af sang kan gøre en positiv forskel for nyfødte og deres forældre, for læselysten i skolen og for livsgnisten hos mennesker med demens og deres pårørende.

Sangens Hus er sat i verden for at gøre opmærksom på sangens mange potentialer og for at hjælpe med at forløse dem. Det gør vi sammen med sangkraftcentrene og de mange enkeltstående specialister og aktører, som former sanglandskabet. Sammen finder vi nye veje for sang.

Vores opgave er – kort sagt – at opkvalificere, bygge bro, skabe synergi og synlighed. For elite og amatører. For solosang og fællessang. For kor og solister. For forskere og praktikere. For drenge, piger og alle andre.

Det kunne vi ikke gøre uden den store opbakning fra Folketinget, fonde og kommuner, herunder Herning Kommune, hvor Sangens Hus har sit sekretariat.

Alle har en stemme!

HVAD ER SANGENS HUS?

Sangens Hus er en national kulturinstitution, som skal fremme sang i Danmark. Det arbejder vi målrettet på med udgangspunkt i fire indsatsområder.



På alle områder samarbejder vi bredt med sangaktører, branchekolleger og interessenter på tværs af kultur- og velfærdsområderne.

I sangprojekterne igangsætter vi nye tiltag inden for sang. Det fælles for dem er, at vi udvikler kompetenceforløb for de faggrupper, der deltager. Vi træner med andre ord trænerne, fx lærere, pædagoger og korledere i at synge med specifikke målgrupper. Det gælder også i vores kurser og forløb.

Sangkraftcentrene, samlet i netværket SangkraftDanmark, er lokale kraftcentre for sang. De driver udviklingen af projekter og aktiviteter med sang i centrum og bygger bro mellem de eksisterende lokale sangmiljøer; mellem kor, kirker, musik- og kulturskoler, folkeoplysning og kommunale forvaltninger. De forstærker dermed den lokale musikalske fødekæde. Samtidig er sangkraftcentrene meget væsentlige aktører i udrulning og skalering af nye nationale sangprojekter fra Sangens Hus.

Videncenter for Sang samler og formidler vidensgrundlaget for sang, så alle sangaktører har det bedst mulige udgangspunkt for deres arbejde med sang. Videncenteret samarbejder med forskere og praktikere fra ind- og udland om formidlingen af ny viden om sang, hvilket kan komme fra flere forskellige fagfelter. Sang er fortsat ikke et selvstændigt forskningsfelt. Det arbejder vi for, at det bliver.

Som fortaler for sang forsøger vi at præge samfundsdagsordenen ved at italesætte, hvorfor sang er godt i sig selv og samtidig kan være godt ”for noget”. Sang er en almenmenneskelig og æstetisk ressource, som er med til at give livet fylde og skønhed. Samtidig kan sang være et overordentligt vigtigt redskab i løsningen af nogle af samfundets store kriser og udfordringer. Også selv om det måske ikke lyder så godt, mens vi synger.

Kort sagt tager Sangens Hus samfundsansvar med sang som omdrejningspunkt.

Læs mere om Sangens Hus’ historie og de fire indsatsområder på de følgende sider.

Hvis du vender folderen rundt, kan du læse, hvorfor vi i Sangens Hus mener, at sang er vigtigt. Her finder du en introduktion til nogle af de mange gavnlige virkninger, sang har for os mennesker.

SANGENS HUS BLIVER TIL

Idéen til Sangens Hus opstod på en visionsdag på Den Jyske Sangskole i 2012. Overskriften var »Hvor er vi i 2015?«, og tavlen i mødelokalet blev hurtigt fyldt med idéer. Mange af dem handlede om samarbejde, netværk og videndeling.

På møder og konferencer rundt om i landet havde man nemlig set, hvordan der på få timer skete noget særligt, når vidt forskellige aktører med interesse for sang pludselig sad ved samme bord og udvekslede erfaringer.

Derfor meldte en åbenlys idé sig: Der er brug for meget mere samarbejde og en organisation, som er sat i verden med netop det formål. Da dagen var gået, stod to ord midt på tavlen: SANGENS HUS.

Idéen og initiativet udsprang altså fra Den Jyske Sangskole, og den 17. marts 2014 åbnede Sangens Hus officielt. Siden 1. januar 2020 har Sangens Hus været en selvstændig, selvejende institution med egen bestyrelse og ledelse.

Sangens Hus har sit administrative hovedsæde i Herning, men arbejder i hele landet, drevet af ønsket om at fremme sangen i al sin mangfoldighed.

Sangens Hus finansieres både af fonde gennem vores mange projekter og af staten gennem bevillinger på finanslov og musikhandlingsplan.

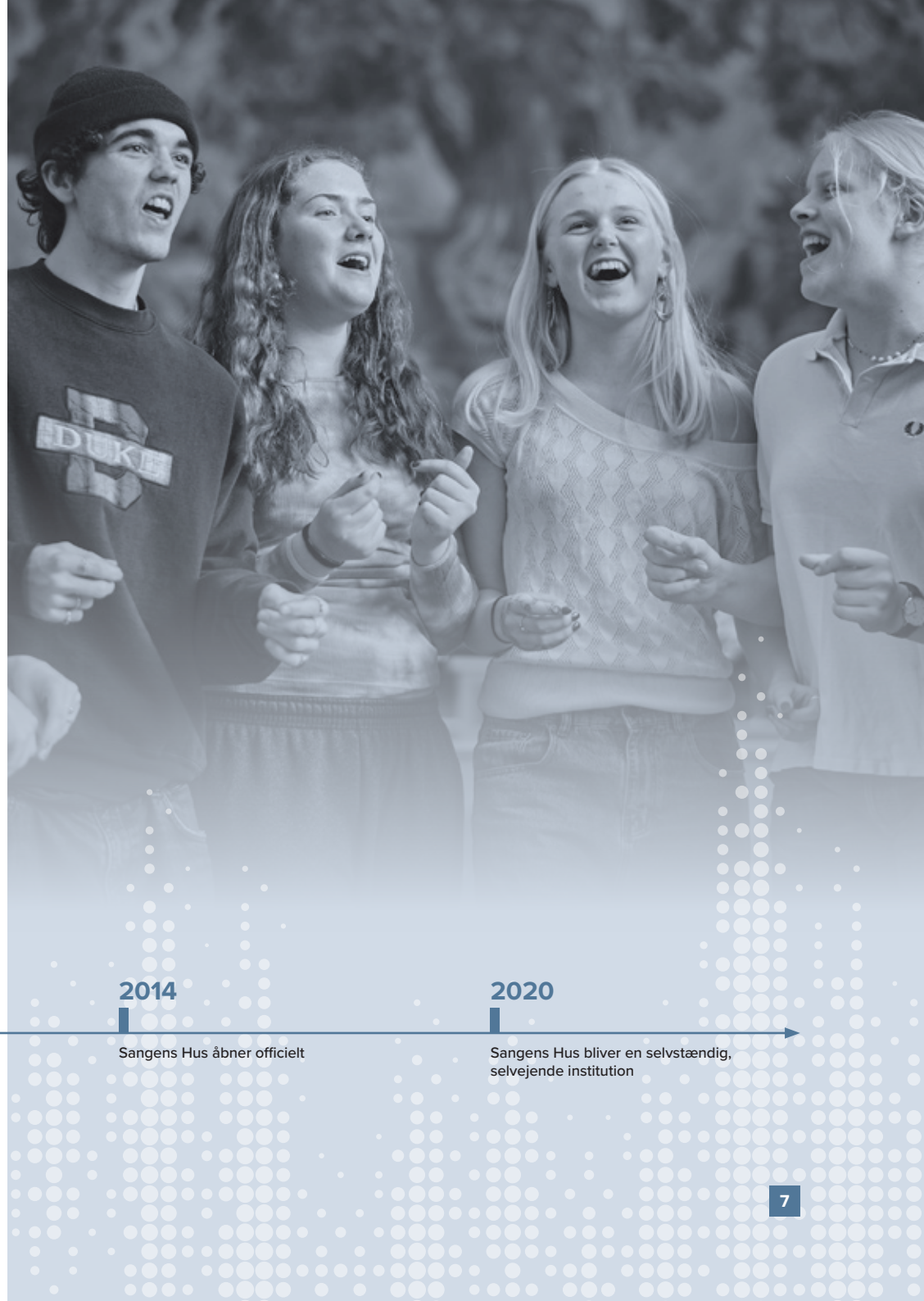
Find overblik over Sangens Hus' finansiering på: www.sangenshus.dk

1999
Herning Sangskole – senere Den Jyske Sangskole – grundlægges

2012
Idéen til Sangens Hus opstår

2014
Sangens Hus åbner officielt

2020
Sangens Hus bliver en selvstændig, selvejende institution



SANGPROJEKTER OG -LØSNINGER

I Sangens Hus vil vi skabe varige forandringer. Det er et krav, vi stiller til os selv, hver gang vi udvikler eller indgår i et projekt. Det er, fordi vi tror på, at sang rummer forandringspotentiale, for det enkelte menneske såvel som for samfundet og fællesskaberne. Men hvis det potentiale skal have mulighed for at udfolde sig, kræver det vedholdenhed og forankring, tilpasset en lokal virkelighed.



Forankring gennem kompetenceløft
Ønsket om en stærk forankring realiseres ikke mindst gennem opkvalificering af medarbejdere, fx korledere, pædagoger, lærere, frivillige, sosu-assistenter eller medarbejdere i de kommunale forvaltninger. Kort sagt: Vi træner trænerne. Vi lærer dem håndværket at synge og at bruge deres stemme korrekt. Vi lærer dem også at facilitere sangen, så de kan være med til at bygge sangbroen til nye målgrupper.

På denne måde sker forankringen af projekterne gennem kompetenceløft: De opkvalificerede tager deres kompetencer med sig og bruger dem med stor sandsynlighed udover projektperiodens afgrænsede tidshorisont. De giver derved sangen videre til deres forskellige målgrupper, som blandt andre kan være:

- Børn fra 0-6 år
- Børn i grundskolen
- Unge
- Voksne
- Ældre
- Ensomme
- Sygdomsramte
- Psykisk sårbare

I alle projekter og løsninger – fra sangglade børnehaver til sundhedskor – arbejder vi med disse fire grundlæggende elementer:

Glade stemmer: Fysiologisk sunde stemmer - stemmer, som kan udtrykke sig, stemmer forstået som ytringer i en samtale og glade stemmer som tegn på humør og trivsel.

Åbne sangfællesskaber: Vi insisterer på faglig åbenhed og på, at fællesskaber kræver bevidst arbejde i et favnende og trygt læringsrum, så det bliver muligt at synge for dem, som gerne vil.

Stærk sangfaglighed: Fokus på stemmetræning, fortolkning, pædagogik og didaktik. Alle har en stemme, og sang er et fag, som kan læres. Krop, Luft, Stemme og Tanke er de fire sangparametre, som danner udgangspunktet for, hvordan vi i praksis arbejder kvalitativt med en stemme på alle niveauer og i alle projekter.

Varige forandringer: Vi vil gerne efterlade varige forbedringer, når vi gør et stykke arbejde. Det kan være øget faglighed, øget bevidsthed, konkrete handlemuligheder, forankrede strukturer, ledelsesmæssig opbakning eller en fornyet anerkendelse af sangens værdi.

GLADE STEMMER
+
ÅBNE SANGFÆLLESSKABER
+
STÆRK SANGFAGLIGHED
=
VARIGE FORANDRINGER

KURSER OG FORLØB

I alle vores projekter, kurser og forløb har vi vores egne sangkonsulenter tilknyttet, som er dem, deltagerne møder og modtager undervisning af. Igennem projekterne har vi udviklet metoder og forløb, som baserer sig på sangfaglighed og det, vi ved, sang kan, men som også tager højde for de forskellige målgruppers behov, ønsker og muligheder. Vores sangkonsulenter er specialister i netop disse metoder, og hvordan de bedst gives videre og bliver til kompetencer hos en given målgruppe.

Som en del af vores sangløsninger kan man derfor også tilkøbe selvstændige kurser og forløb til specifikke faggrupper, hvor de har mulighed for at tilegne sig nye kompetencer og derved bruge sang som en aktiv del af deres faglige arbejde. I vores kurser og forløb er der oftest indbygget tilpasning, så de passer til de lokale behov.

Du kan se mulighederne for kompetenceudvikling på vores hjemmeside: www.sangenshus.dk



SANGKRAFTDANMARK

I Sangens Hus tror vi på, at de bedste idéer opstår i samspil med andre, og at man kun kan lave langtidsholdbare løsninger, hvis man involverer dem, der selv skal være en del af løsningen.

Derfor samarbejder vi med alle landets sangkraftcentre og er samtidig sekretariat for det nationale netværk: SangkraftDanmark.

Læs mere om Sangens Hus' øvrige samarbejdspartnere og interessenter på hjemmesiden: www.sangenshus.dk

Sangkraftcentrene i Danmark er de nærmeste samarbejdspartnere for Sangens Hus, og de løfter mange opgaver lokalt.

Et sangkraftcenter er en selvstændig organisation, som har sit virke inden for et bestemt geografisk område – oftest en kommune. Sangkraftcenteret forbinder de eksisterende lokale sangmiljøer i fx kommuner, lokale kor, kirker og musik- og kulturskoler.

Formålet for alle sangkraftcentre er at styrke sangen og det at synge – til glæde og gavn for den enkelte sanger, det enkelte sangfællesskab og alle aktører i og omkring sang i et lokalområde.

Et sangkraftcenter skal ikke erstatte noget, der allerede findes, men støtte op om eksisterende initiativer samt udvikle og igangsætte nye projekter, hvor der er interesse og mulighed for det. Det kan fx være sangundervisning til det lokale, dygtige kor eller sang som et redskab i udvikling af læsefærdigheder eller sang som hjælp til at styrke tilknytningen mellem den nyfødte og forældrene.



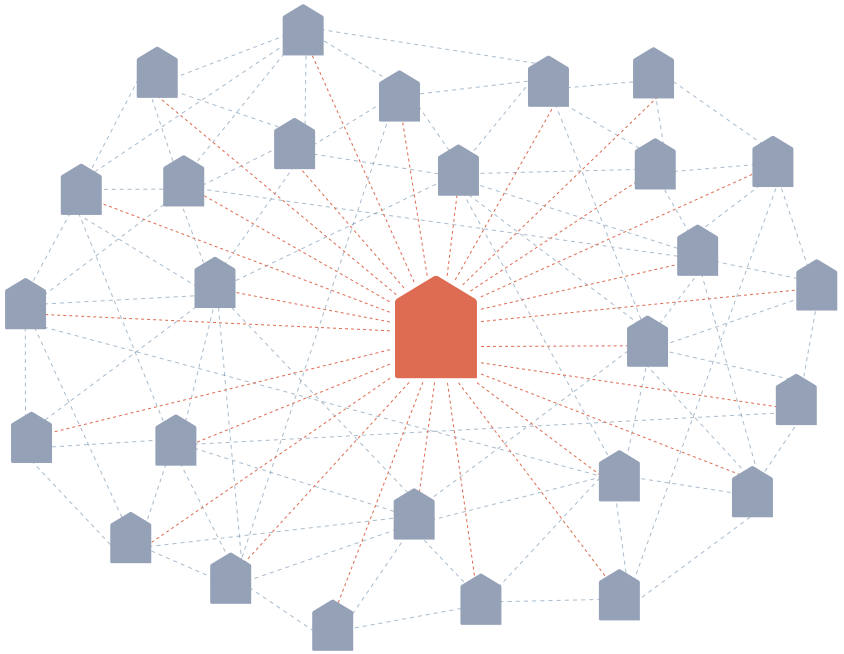
Der er 27 sangkraftcentre rundt i Danmark per 1. maj 2026. Du kan altid finde en opdateret oversigt over sangkraftcentre på vores hjemmeside: www.sangenshus.dk

01 Sangkraft Hjørring
02 Thy Sangskole
03 Sangkraft Aalborg
04 Sangkraft Vesthimmerland
05 Sangkraft Mariagerfjord
06 Sangkraft Lemvig
07 Struer Sangkraftcenter
08 Sangkraft Holstebro
09 Den Jyske Sangskole
10 Sangkraft Viborg
11 Sangkraft Randers
12 Sangkraft Favrskov
13 Sangkraft Syddjurs
14 Sangkraft Aarhus
15 Skanderborg Synger
16 Esbjerg SangAkademi
17 Sangkraft Kolding
18 Haderslev Sangakademi
19 Tønder Kommunes Sangkraftcenter
20 Det Sønderjyske Sangcenter
21 Sangkraft Assens
22 Den Fynske Sangskole
23 Sangcenter Nordsjælland
24 Sangkraft Kalundborg
25 Roskilde Synger
26 Storbyen Synger
27 Sangkraft Guldborgsund

HVEM STÅR FOR HVAD

Hvert sangkraftcenter har den kunstneriske, pædagogiske og administrative ledelse af eget center. Sangkraftcenteret tager selv initiativ til projekter og driver dem lokalt. De arbejder alle for mere sang til børn og unge, breddeprojekter og bidrager til et talentmiljø inden for sang. De prioriterer selv deres indsatser, men fælles for de fleste er aktiviteter omkring fællessang, sundhedssang, elitekor og skolekor, sang for de mindste og rollen som netværksskaber for det lokale amatørkorliv.

Sangens Hus faciliterer det nationale samarbejde på tværs af alle sangkraftcentre og står desuden for at drive en national udvikling og implementering af projekttiltag inden for sang. Dette samarbejde mellem alle sangkraftcentre og Sangens Hus er udarbejdet med henblik på at styrke mulighederne for sang i hele landet.



Sangens Hus:

- Bidrager som katalysator for national udvikling ved bl.a. at være sekretariat for netværket af sangkraftcentre, SangkraftDanmark.
- Understøtter sangkraftcentrene i forhold til organisation og forankring.
- Udvikler nye nationale aktiviteter – ofte sammen med sangkraftcentrene.
- Samler og formidler viden om sang og sangens positive effekter.
- Opkvalificerer kommende sangkonsulenter og uddanner dem i Sangens Hus' metoder.

Sangkraftcentrene:

- Driver eller støtter et tydeligt talentarbejde målrettet børn og unge. Som udgangspunkt sammen med andre kommunale eller private aktører, herunder fx kirker.
- Arbejder lokalt med sang for bredden, fx ved at bakke op om det lokale korliv, stå bag fællessangsaktiviteter, etablere sundhedskor m.m.
- Driver eller deltager i lokale eller regionale netværk for aktører på sangområdet (fx musiklærere, korledere eller lignende).

Læs mere om sangkraftcentrene på:
www.sangenshus.dk

VIDENCENTER FOR SANG

Videncenter for Sang er en enhed i Sangens Hus, som arbejder med at indsamle, bearbejde og formidle viden om sang.

Videncenteret bidrager blandt andet med det vidensgrundlag, Sangens Hus står på i udviklingen af nye projekter og løsninger.

Videncenter for Sang arbejder bredt med viden om sang, og på videncenterforsang.dk formidles ny viden fra blandt andet forskning samt erfaringsbaseret viden fra praksis til inspiration for alle, der arbejder med sang og sangens potentialer. Hensigten er at være et samlingspunkt for formidling af viden om sang blandt andet til gavn for professionelle, der arbejder med sang, for sangkraftcentrene og for aktører på tværs af kultur- og velfærdsområder.

Sang og forskning i sang griber ind i mange fagområder. Derfor samarbejder Videncenter for Sang løbende med andre fagligheder og felter for på bedste vis at bidrage med viden på nye områder, hvor sang kan spille en positiv rolle.

Du kan læse mere om alt det, vi ved om sang, på: www.videncenterforsang.dk

FORTALERVIRKSOMHED

At skabe varige forandringer med sang kræver bred, national opbakning. Derfor arbejder Sangens Hus for at udbrede kendskabet til sangens mange positive, afledte effekter. Sang kan være med til at løse nogle af samfundets udfordringer og kriser – og sang kan i det hele taget give mere livskvalitet. Derfor arbejder vi for at påvirke beslutningstagere til at prioritere sang.

På nationalt niveau forsøger vi at få sangens betydning skrevet frem i love, planer og ressourcetildeling, når der fx skal laves nye læreplaner eller nye uddannelser. På kommunalt niveau støtter vi sangkraftcentrene i at skabe forståelse for, at sang kan være en del af svaret på flere af kommunens udfordringer.

Vi er også optaget af at styrke sangens fødekæder. Derfor samarbejder vi med sangaktører i hele landet om, hvordan vi sammen kan tale sangens udbredelse og kvaliteter op på den politiske dagsorden – i den sammenhæng er Sangens Hus en samlende facilitator.

Det mener vi, når vi siger, at »Alle har en stemme«:

- **Sangstemmen er det mest demokratiske instrument, der findes – alle har en stemme.**
- **Sang er med til at danne os, så vi kan indgå i samfundets fællesskaber og demokrati.**
- **Sang kan styrke sammenhængskraften.**
- **Alle er lige i sangen.**
- **Alle lytter, samarbejder og er samskabende i sangen.**

ALLE HAR EN STEMME

1.
Vi har en sjæl og en krop
Vi har en bund og en top
Vi lukker hjerterne op
og mærker kammertonen.
Vi synger én melodi
Vi mødes i harmoni
Vi slipper stemmerne fri
forlader stillezonen.

Tonerækker står tætte
som perler på en snor
Vi løfter dem i kor
til fuldt og frodigt flor:

Alle har en stemme,
alle har en sang
Alle hører hjemme
i en fælles klang
Vi kan smelte sammen
i en øregang
Alle har en stemme,
alle har en sang.

2.
Når noget stort er på spil
når livet gør som det vil
når talen ikke slår til
får sangen sjælevinger.
Det har en særlig magi
en slags frekvenspoesi
en overtonekemi
når alle stemmer klinger.

Hverdagsjag og bekymring
forsvinder uden spor
Et tonebrus der gror
Sopran alt bas tenor:
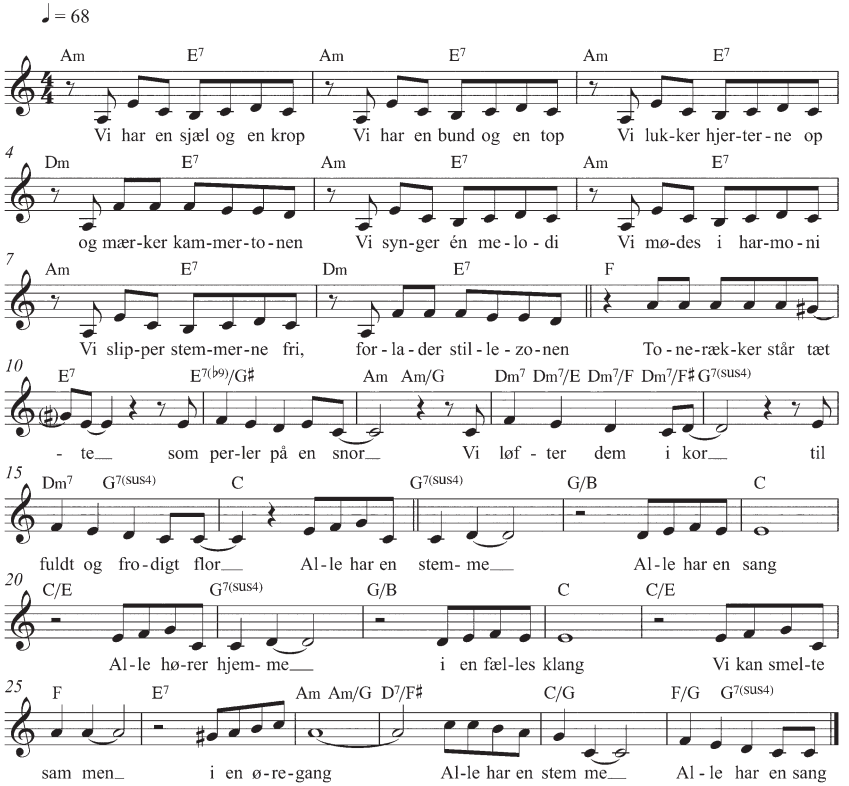
Alle har en stemme,
alle har en sang
Alle hører hjemme
i en fælles klang
Ingen går i glemme
i en øregang
Alle har en stemme,
alle har en sang

3.
Fra vi bli'r født til vi dør
fra trist til jubelhumør
fra prof til glad amatør
kan sangen samle alle.
Vi føler længsel og lyst
og glæden hæver vort bryst
Vi synger sange til trøst
når sorgen la'r os falde

Sang er brusende bølger
hvor lidenskaben bor
Det er et mærk'ligt ord
for lidenskab er stor.

Alle har en stemme,
alle har en sang
Alle hører hjemme
i en fælles klang
Det der skal fortælles
har en indre trang
Det vi har tilfælles,
kan vi mærke i en sang.

Alle har en stemme,
alle har en sang
Alle hører hjemme
i en fælles klang
Lad os smelte sammen
i din øregang
Alle har en stemme,
alle har en sang.



Copyright © Helle Hansen

Tekst og musik: Helle Hansen

Skrevet og uropført til den officielle åbning af Sangens Hus den 17. marts 2014

HVORFOR SANG?

Sangens Hus

Alle har en stemme

Hvorfor sang?
Udgivet af Sangens Hus
© 2026 Sangens Hus og bidragyderne

Redaktion
Maja Höhn og Mette Johnsen Elbeck, Sangens Hus

Grafisk tilrettelæggelse
Janus Engelbrecht, Sangens Hus

Fotos
Ard Jongsma

Tryk
Jypa

Sangens Hus
Nørregade 7D
7400 Herning
www.sangenshus.dk

HVORFOR SANG?

Sangens Hus er sat i verden for at fremme sangen i Danmark. Vi mener både, at sang er et mål i sig selv, og at sang kan være et middel til at skabe et samfund, som er godt at vokse op og være menneske i. At sang kan være et middel – eller redskab – er faktisk ikke bare noget, vi mener. Det er noget, vi ved fra forskning.

På de følgende sider giver vi dig nogle af de bedste grunde til at synge og derved et indblik i det vidensgrundlag, som Sangens Hus bygger på.

Hvis du vender folderen rundt, kan du læse mere om, hvad Sangens Hus er, og hvordan vi arbejder.



SANG ER EN DIREKTE VEJ TIL FØLELSER OG FÆLLESSKAB

Sang består helt konkret af de to ret forskellige udtryksformer: sprog og musik. Hertil kommer bevægelse, som ofte ledsager sang. Mange kulturer verden over skelner slet ikke mellem dans og sang. Ser vi på sangens to hovedbestanddele, ord og musik, bliver det klart, at de har meget forskellige virkninger. Groft sagt er ordenes betydning mere præcis end musikkens, mens musikkens følelsesudtryk og fællesskabsdannende virkning kan være stærkere end ordenes. Denne forskel kommer også til udtryk i forskningen i sangens virkning på det mentale helbred. Sangtekster kan hjælpe den enkelte med at finde sig selv og udtrykke traumatiske følelser, og **det at lave musik sammen og smelte sammen i klang og rytme kan (gen-)skabe en følelse af forbundethed til andre, som er livsvigtig for os mennesker.** I sangen og musikken kan vi udtrykke de følelser, der kan være svære at sætte ord på, på en mere nuanceret måde end sproget tillader.



SANG HAR EN SUNDHEDSFREMMENDE COCKTAILEFFEKT

Mange kunstarter gør brug af en eller anden form for materiale eller instrument. Stemmen er indlejret i kroppen, hvilket gør sang til en let tilgængelig udtryksform, og det er samtidig også det, der gør, at **sang medfører en masse konkrete, positive indvirkninger på vores sundhed og trivsel.** At synge sammen kan have positiv virkning for folk med KOL, demens, Parkinsons sygdom, sklerose, afasi, cerebral parese, psykisk sygdom m.m. Det har også vist sig, at det at bruge sin stemme musikalsk kan være gavnligt i forhold til forskellige kognitive udfordringer. Og endelig kan fællessang styrke det sociale sammenhold.

Sangens virkninger spænder over hele sundhedsspektret – fra fysisk og psykisk til kognitiv og social sundhed. De forskellige områder påvirker også hinanden indbyrdes og kan skabe en positiv spiral. Sang kan fx give det psykiske overskud til at være mere social, og i den sociale sammenhæng begynder man måske at træne en fysisk eller kognitiv skavank – måske endda gennem sang.

Den modsatte bevægelse gør sig også gældende: Hvis man oplever, at man fysisk, kognitivt eller psykisk er i bedring, kan det have en positiv afsmittende virkning på, at man engagerer sig mere i sin omgangskreds. Sang kan starte denne positive spiral i begge ender af spektret. Kort sagt: Sang – særligt det at synge sammen med andre – er den perfekte sundhedsfremmende cocktail.

SANG ER DEMOKRATI-DANNENDE

Sang har i årtusinder været metafor for demokratisk deltagelse: Når man synger sammen, træner man sig selv i at blive hørt, samtidig med at man lytter til andre. Samsang er unik som udtryksform ved, at flere kan ytre sig samtidig, uden at der bliver konflikt – uden at man taler i munden på hinanden. I 2021 gennemførte Sangens Hus en kortlægning af dansk korliv, og i rapportens kvalitative del kom korsangens forpligtende og samfunds-dannende rolle til udtryk. Et godt eksempel er drenge-mandskor, som lærer drenge fra en ung alder, at deres stemme har stor betydning – helt konkret: De voksne mandssangere kan ikke synge de lyse toner, som drengene kan, og barnet oplever derfor i en tidlig alder, at dets bidrag til fællesskabet er nødvendigt.

Gennem begrebet »demokratisk flerstemmighed« har musikforskeren John Blacking endda forklaret, hvordan **følelsen af samklang, når man synger sammen, kan forplante sig til en oplevelse af gensidig lydhørhed og fælles forståelse,** der rækker ud over den musikalske situation og kan stimulere til politisk engagement.



SANG STYRKER SAMMEN-HÆNGSKRAFTEN

I fællessangsforskningen er en af de oftest fremhævede årsager til sang-ens fællesskabsdannende evne, at sang synkroniserer de syngende – såvel fysisk som mentalt. Lige siden den tidligste sociologiske forskning og helt frem til i dag har man ment, at den rytmiske og klanglige sammen-smeltning, der sker, når man synger sammen, er et af de stærkeste midler til at skabe og styrke sammenhængskraften i en gruppe. Muligvis skal vi her finde roden til selve sangens oprindelse.

I studier af sammenhængen mellem kultur og sundhed skelnes der mellem »aktiv« og »passiv« eller »modtagende« kulturel deltagelse. Kultur kan enten være noget, man overværer – fx koncert eller teater – eller det kan være noget, man aktivt udøver – fx at danse eller synge. Når man lytter til smukke og elskede sange, kan det reducere stress og endda lindre smerter. Men når man selv synger for at få det bedre, er det straks mindre vigtigt, om det er smukt. Faktisk peger musikpsykologisk forskning på, at det er fuldstændig ligegyldigt for den terapeutiske virkning, om man synger »godt« eller »rigtigt«. Nærmest tværtimod: Jo mindre fokus på at perfektionere lyden af sangen, jo bedre virker sangen på sindet. Hvis vi tør anlægge den vinkel på sang – at **det er mindst lige så vigtigt, hvordan det føles, som hvordan det lyder** – så er det at synge nok en af de lettest tilgængelige og bredt appellerende aktive kulturformer, der findes. For alle har en stemme.

Skrevet af Lea Wierød Borčak, seniorforsker og leder af Enhed for Sangforskning, Aarhus Universitet.

LITTERATUR

Bailey, Betty A. og Jane W. Davidson. 2005. »Effects of Group Singing and Performance for Marginalized and Middle-Class Singers.« *Psychology of Music* 33 (3): 269-303.

Blacking, John. 1989. *'A Commonsense View of All Music': Reflections on Percy Grainger's Contribution to Ethnomusicology and Music Education.* Cambridge: Cambridge University Press.

Damsgaard, Janne Brammer og Svend Brinkmann. 2022. »Me and Us: Cultivating Presence and Mental Health Through Choir Singing.« *Scandinavian Journal of Caring Sciences* 36 (4): 1134-1142.

Deci, Edward. L. og Richard M. Ryan. 2008. »Self-determination Theory: A Macrotheory of Human Motivation, Development, and Health.« *Canadian Psychology / Psychologie canadienne,* 49 (3): 182-185.

Fancourt, Daisy og Saoirse Finn. 2019. *What is the evidence on the role of the arts in improving health and well-being? A scoping review.* Copenhagen: WHO Regional Office for Europe. (Health Evidence Network (HEN) synthesis report 67).

Mehr, Samuel A., Manvir Singh, Dean Knox, Daniel M. Ketter, Daniel Pickens-Jones, Stephanie Atwood, Christopher Lucas, Nori Jacoby, Alena A. Egner, Erin J. Hopkins, Rhea M. Howard, Joshua K. Hartshorne, Mariela V. Jennings, Jan Simson, Constance M. Bainbridge, Steven Pinker, Timothy J. O'Donnell, Max M. Krasnow og Luke Glowacki. 2019. »Universality and Diversity in Human Song«. *Science*. Nov 22; 366 (6468).

Pearce, Eiluned, Jacques Launay, og Robin I.M. Dunbar. 2015. »The ice-breaker effect: Singing mediates fast social bonding«. *Royal Society open science* 2 (10): 150-221.

Sundhedsstyrelsen. 2020. *Kultur på Recept. Tværgående evaluering.* Niras.

Weinstein, Daniel, Jacques Launay, Eiluned Pearce, R. I. M. Dunbar, and Lauren Stewart. 2016. »Singing and Social Bonding: Changes in Connectivity and Pain Threshold as Function of Group Size«. *Evolution and Human Behavior* 37 (2): 152–158.

Zbranca, Rarita, Mafalda Dâmaso, Oana Blaga, Kornélia Kiss, Marina Denisa Dascal, Dana Yakobson og Oana Pop. 2022. *CultureForHealth Report: Culture's Contribution to Health and Well-being. A Report on Evidence and Policy Recommendations for Europe. CultureForHealth.* Culture Action Europe.

