

Kurs: **DG1007** Examensarbete, kandidat, dirigering, 15 hp  
2013

Konstnärlig kandidatexamen i musik, 180 hp

Institutionen för komposition, dirigering och musikteori

---

Handledare: Per Andersberg

Sara Hjort

# **Spegelresonans i musicerandet**

Intuitiv kommunikation mellan kör och dirigent

Skriftlig reflektion inom självständigt, konstnärligt arbete



# Innehållsförteckning

<b>Inledning</b> .....	<b>2</b>
<b>Introduktion</b> .....	<b>2</b>
<b>Sinnesstämningar, känslor och kroppsställningar.</b> .....	<b>3</b>
Vår kroppsliga uppenbarelse .....	3
Känslor som smittar .....	4
<b>Intuitiva aningar och förutsägelser</b> .....	<b>4</b>
<b>Intuition och intellekt</b> .....	<b>5</b>
<b>Stress, press och rädsla</b> .....	<b>6</b>
<b>Simulatorer</b> .....	<b>7</b>
<b>Utstrålning</b> .....	<b>8</b>
<b>Iakttagelse</b> .....	<b>9</b>
<b>Intuitionens för- och nackdelar</b> .....	<b>9</b>
<b>Att tänka på som dirigent</b> .....	<b>10</b>
<b>Sammanfattning/diskussion</b> .....	<b>11</b>
Referenser: .....	12

# Inledning

Jag ämnar att i denna uppsats diskutera och reflektera över kommunikation mellan dirigent och kör. Vad händer när jag som dirigent ställer mig framför kören och vilka aspekter påverkar vår kommunikation och vårt gemensamma musicerande. Hur kommer det sig att det ibland känns självklart och naturligt, och andra gånger oklart och till och med obehagligt att sjunga. Vad kan detta ha för effekt på musicerandet och det konstnärliga utförandet.

Som utgångspunkt har jag valt att använda mig av boken ”Varför jag känner som du känner - Intuitiv kommunikation och hemligheten med spegelneuronerna” (Bauer, 2005). Denna bok beskriver hur vi människor fungerar i vardagliga och mellanmänniska situationer ur ett neurobiologiskt perspektiv. Sedan boken skrevs har det kommit ny forskning som visar på att det inte finns några särskilda neuroner, så kallade spegelneuroner, som utgör grunden för de processer som nämns i boken, man kan istället kalla det för spegelfenomen. Jag kommer inte redovisa hur experiment och undersökningar har gått till utan hänvisar då till boken. De citat jag använder mig av är alla hämtade ur samma bok om inte annat anges.

Min avsikt är att utifrån denna bok, samt egna erfarenheter och observationer, reflektera över kommunikationen som sker mellan dirigent och körsångare och huruvida man kan dra nytta av denna kunskap i sin ledarroll och sitt konstnärliga skapande.

## Introduktion

**Neuron**, är det samma som nervcell. Cell som skapar och förmedlar impulser i nervsystemet. (NE)

**Resonans** innebär att något bringas att vibrera eller klinga.

**Simulering** ur lat. simulare, efterbilda, låtsa

Mycket av det vi gör är vi så vana vid att vi inte tänker på att vi gör det. Så är det även med vår förmåga att på mycket kort tid i kontakten med en annan människa göra en föreställning om vad som rör sig i henne, vad hon vill och vad hon tycker är viktigt just nu. För att kontakten mellan människor skall fungera är det mycket viktigt att man får ett intuitivt intryck av den andre personen, så att en spontan kommunikation kan ta sin början.

Neuroner i hjärnan kan styra en bestämd process i den egna kroppen, till exempel en handling eller en förmåga, men de kan också aktiveras när vi observerar samma process hos en annan person. Dessa neuroner försätts spontant, omedvetet och oreflekterat i samma resonans som när vi själva utför något eller när vi iakttar någon annan.

Spegelresonans kan man kalla det då neuronerna alltså aktiveras av att vi förnimmar något hos en annan människa. Neuronerna utnyttjar betraktarens neurobiologiska inventarier för att denne i ett slags inre simulering ska känna vad som försiggår i personer som han iakttar.

Spegelresonansen är den neurobiologiska basen för spontan, intuitiv förståelse. Den kan väcka föreställningar och framkalla tankar och känslor i den person som intar betraktarens position. Neuronerna införlivar den andres känslor med våra egna psykiska upplevelser. Möjligheten vi som människor har att reagera på en annan människas neurobiologiska resonanser innebär att vi förfogar över en direkt möjlighet att få omedelbar förståelse för våra medmänniskors inre tillstånd, om deras avsikter, förnimmelser och känslor. I form av en spontan inre simulering upplever vi vad andra känner.

Resonansen som andra framkallar i oss blir verksamma i neurobiologiska system som vi också använder för att bli medvetna om och reglera våra egna inre tillstånd.

Förmågan att känna medkänsla och empati har också sin grund i vårt neurala system, spontant och omedvetet rekonstruerande känslor i oss som vi uppfattar hos en medmänniska. Ur ett neurobiologiskt perspektiv finns det anledning att anta att ingen apparat och ingen biokemisk metod kan förstå och påverka en annan människas emotionella tillstånd i den utsträckning som människan själv kan göra. Kanske är det därför levande musiker inte går att ersätta med en dator.

## **Sinnesstämningar, känslor och kroppsställningar.**

### **Vår kroppsliga uppenbarelse**

Spegelfenomenet förekommer i samband med helt normala kroppsrörelser. Människor har en omedveten tendens att spontant imitera kroppshållningen eller rörelserna hos en person som de sitter och talar med. Ofta intar de samtalande personerna oavsiktligt samma kroppsställning, i synnerhet där samförstånd råder.

Speglings- och imitationsreaktioner som sker automatiskt kan vara till både för- och nackdel om det till exempel innebär att en sångare tar efter dirigenten med för sången viktiga saker som hållning och andning.

#### *Reflektion*

*Under utbildningen har vi flertalet gånger kommit tillbaka till diskussion om hållning, andning och gestik. I mötet med professionella sångare har vi dirigentstudenter fått*

*kommentarer om hur sångarna upplever att det är att sjunga med oss. Det har varit allt ifrån att det känns lugnt och behagligt till spänt och "ogrundat". Trots att de själva är mycket medvetna och erfarna sångare och vet hur de ska göra för att sjunga på bästa sätt påverkas de uppenbarligen av personen framför dem. En amatörkör kanske inte kommenterar eller reflekterar över detta på samma sätt men jag är övertygad om att de omedvetet känner av om det känns bra eller ej.*

*Dirigentens fysiska uppenbarelse kan alltså omedvetet påverka sångarnas hållning, andning och spänningar i kroppen och på så sätt påverka möjligheten för den optimala förutsättningen för sångaren. Detta kan vara en anledning till att en kör kan låta olika beroende på vem som dirigerar. Relationen i övrigt kan påverka hur mycket man påverkas av någon annans fysiska uppenbarelse.*

## **Känslor som smittar**

Det är inte bara det kroppsliga och mimiska uttrycken som kan överföras från en person till en annan, det gäller också känslor. Om en person ser en annan som känner smärta kan även den betraktande personen uppleva detta, särskilt om det är någon närstående.

När vi träffar andra människor är det mycket vanligt att vi reagerar emotionellt på sinnesstämningen och situationer som andra befinner sig i. För det mesta sker det genom att vi omedvetet imiterar eller reproducerar beteendet som hör ihop med en känsla, till exempel med vårt kroppsspråk, och så lägger märke till känslan hos oss själva. En person kan alltså spontant och oreflekterat utlösa likartade emotionella reaktioner i andra personer.

### *Reflektion*

*Dessa fenomen tycker jag mig känna igen från många olika sociala sammanhang och då även en körrepetition. Egna känslor och sinnesstämningar smittar av sig. Som om ledare tror jag att jag har stor inverkan på sinnesstämningen i gruppen på grund av uppgiften, på gott och ont. Likväl kan körens sinnesstämning smitta av sig på mig, också det på gott och ont.*

## **Intuitiva aningar och förutsägelser**

Människor har en förmåga som gör det möjligt för oss att intuitivt förstå andras känslor, handlingar och avsikter. Denna förmåga beror som vi tidigare konstaterat på ett neurologiskt system som arbetar spontant och oberoende av vårt analytiska tänkande.

Spegelfenomenet gör det möjligt att förutsäga situationer. Det skapar en känsla av *intuition* och som får oss att *ana* vad som kommer att ske. Intuitiva aningar kan alltså uppkomma i en individ utan att det når medvetandet. Någoting känns till exempel obehagligt utan att

man vet varför. Det beror bland annat på att förnimmelser som aktiverar neuronerna i oss kan vara subliminala, det vill säga inte medvetet registrerade. Förmågan för att utveckla en känsla för vad andra gör är emellertid olika starkt utpräglad hos olika människor.

Blickar, gester, mimik och beteende som vi förnimmer hos andra ger oss även en inre kunskap om vad vi fortsättningsvis kan förvänta oss. Vi är beroende av att en persons beteende förmedlar en ögonblickligen tillgänglig, intuitiv kunskap om det fortsatta händelseförloppet för att kunna fungera i vardagen.

I mellanmännsliga situationer är det mycket viktigt att intuitivt förstå vad en annan människas blick och kroppsspråk säger om hennes önskningar och avsikter. Om vi hade saknat denna förmåga hade det varit mycket svårt för oss att t.ex. ta oss fram i trängseln på en gågata.

Många gånger kan vi intuitivt märka hur det är fatt med andra människor. Även utan ord och ibland till och med tvärtemot det som sagts, förstår vi ofta mycket väl vad andra människor faktiskt tänker göra eller önskar.

### *Reflektion*

*Denna intuition använder vi oss av när vi musicerar. Med hjälp av intuitionen tolkar vi varandras intentioner och känner på oss hur det ska vara. Som dirigent har man en viktig uppgift att kunna samla, känna in och leda gruppen så att de intuitivt kan tolka och reagera på dirigentens intentioner utan att behöva göra ett medvetet övervägande, det skulle ta för lång tid. Detta är en fascinerande del av kommunikationen som gör det möjligt att gemensamt kunna musicera och skapa i nuet.*

## **Intuition och intellekt**

Iakttagelser av händelser och förnimmelser kan via det neurobiologiska spegelsystemet leda till att processer aktiveras, som för hjärnan först ter sig som en passande fortsättning på den iakttagna händelsen, men som sedan visar sig vara ett misstag. Det beror på att många situationer i vardagen är flertydiga och kan passa ihop med flera fortsättningar. Tidigare, individuella erfarenheter kan spela en väsentlig roll för hur man tolkar en situation.

Intuition leder alltså inte alltid rätt vilket vi bland annat kan se i fördomar och vanliga tankefel. När den inte fungerar måste förståndet hjälpa till. Det är nödvändigt att kritiskt reflektera över vad vi upplever hos och tillsammans med andra. Den intellektuella analysen är förstås inte heller immun mot feltolkningar när det gäller interpretationen av vår uppfattning av en annan människa. Den intellektuella apparaten är dessutom långsam, reflektioner tar längre tid än intuitiva bedömningar som sker spontant och snabbt.

Slutsatsen man kan dra är att det finns både för- och nackdelar med båda sätten och att intuition och rationell analys inte är utbytbara. Båda spelar en viktig roll och bör användas tillsammans. Sannolikheten för att vi har bedömt situationen på rätt sätt är när intuition och kritisk reflexion kommer fram till liknande resultat och kompletterar varandra.

Det analytiska tänkandet också kan utgöra ett hinder för att intuitivt urskilja vad som är rätt. Både intuition och intellekt kan föra oss på villovägar om vi använder oss av det ena utan det andra.

### *Reflektion*

*Dessa båda sidor är viktiga att använda sig av som dirigent. Trots att man har planerat och förberett sig på ett visst sätt behöver man intuitivt kunna känna av vad som i stunden är relevant. Man behöver ständigt göra olika typer av val som ibland grundar sig i intellektet och andra gånger på intuitionen.*

*Inför en konsert kan man ha sett till att övat mycket och bestämt hur man vill ha det. Man kan vara väl förberedd genom att ha studerat verket i detalj. Väl i konsertsituationen måste man intuitivt reagera på det som sker i stunden. Förberedelser och förkunskaper kan säkerligen påverka förmågan att reagera intuitivt. Till exempel kan en professionell sångare ha övat upp en förmåga att intuitivt kunna tolka signaler och svara på dem, å andra sidan kan han vara begränsad av intellektet, om det till exempel står något annat i noterna än det som sker. En amatörsångare har kanske däremot inte lika utvecklat sinne att uppfatta de små nyanserna och förmåga att kunna svara på dem, men kan vara friare att reagera intuitivt då han inte är lika bunden till att han vet hur det "borde" vara.*

## **Stress, press och rädsla**

Undersökningar har visat att neuronernas signalaktivitet reduceras vid rädsla, anspänning och stress. När man känner sig pressad och rädd minskar förmågan till inlevelseförmågan, att förstå andra och uppfatta nyanser av olika slag. Även inlärningsförmågan påverkas. För stor stress och rädsla är därför kontraproduktiva på alla områden där inlärningsprocesser spelar en roll.

Att neuronerna inte kan prestera sitt bästa när man är rädd och stressad får också konsekvensen att intuitionen i dessa situationer inte är någon bra rådgivare. Stressens hämmande inverkan på spegelsystemet skulle kunna förklara varför intuitiva reaktioner kan vara påtagligt irrationella när man står under stark press och kan ofta göra situationen värre än den redan är. Detta visar också att intuitionen inte bör avhålla oss från att dra nytta av vårt intellekt. Har vi intellektet med oss kan vi i situationer där intuitionen sviker falla tillbaka på det och dra slutsatser utifrån det.



### *Reflektion*

*Att stress och rädsla kan ha stor inverkan på hur vi fungerar vittnar också om hur viktigt det är att få sina körsångare att känna sig trygga. Det kan handla om social trygghet i gruppen men också om tryggheten att man "intellektuellt" kan sin stämman och är väl förberedd för att intuitivt kunna reagera på det som sker i stunden. En dirigent som utstrålar trygghet kan genom det få sina sångare att känna sig trygga. Det gör att tilliten blir större och till följd av det även hängivenheten. Förmågan att uppfatta nyanser ökar hos sångarna.*

## **Simulatorer**

Simulering ur lat. *simulare*, efterbilda, låtsa.

Som jag var inne på tidigare så aktiveras våra egna neuron när vi ser andra som utför handlingar. De aktiverar ett motoriskt schema i hjärnan, samma som aktiveras om vi själva skulle utföra handlingen. Denna speglingsprocess sker omedvetet och utan några överväganden. En iakttagelse utlöser en slags inre simulering.

Genom att en person omedvetet simulerar det som hon ser, *förstår* hon spontant vad den andre gör. Eftersom denna förståelse inbegriper den handlande personens *inre perspektiv*, omfattar den en helt annan dimension än den förståelse som en intellektuell eller matematisk analys av det observerade handlingsförloppet skulle komma fram till. Den process som neuronerna sätter igång i betraktaren är en spegelbild av det som den andre gör. Detta är en aspekt av vår varseblivning av en annan människa.

Det vi ser får neurobiologiska effekter och sätter sina spår i oss. Det gäller både bra och dåliga saker, destruktiva och behagliga. Ur ett neurobiologiskt perspektiv bör vi vara vaksamma på vilka intryck vi släpper fram till oss, vad som är bra för oss och vad som inte är det. Och då bör vi kanske anstränga oss att se mer av, uppleva mer av och göra mer av det som vi personligen tycker om.

### *Reflektion*

*Detta kan vara en nyttig kunskap att känna till som dirigentstudent, att bara iaktta andra dirigenter skulle omedvetet kunna påverka hur vi själva kommer kunna göra sedan. Att hitta förebilder som man själv tycker om och låta sig påverkas av vad denna person gör genom att helt enkelt bara iaktta är ett sätt att lära sig. Detta bör dock inte vara det enda sättet då det ofta blir misslyckat att ta efter någon annan helt och hållet. Istället kan det vara ett komplement till andra sätt att lära sig.*

# Utstrålning

När det gäller sympatisk utstrålning tycks det handla om förmågan att uttrycka empati och medkänsla så att andra uppfattar den som rimlig i sammanhanget. Sympati är en typ av belöningen för att man tillåter speglingar av andra människor i sig själv, låter sig beröras av deras åsikter och känslor. Det har gjorts studier som visar att vi framförallt känner sympati för personer som kan spegla på ett adekvat sätt. Då bedömer vi bland annat om vi upplever att människors mimik och kroppsspråk överensstämmer med en given yttre situation. En person som med glad min som återberättar en sorglig händelse får inte mycket sympati av utomstående betraktare, medan en person som kan visa medkänsla och vars kroppsspråk överensstämmer med den situation som de befinner sig i samlar sympatipoäng. Så tror jag även det kan vara med musiken, att vårt uttryck spelar roll och att man känner av om det är påklistrat eller hämtat från ens egna känsloregister. Jag tror att vi har större chans att känslomässigt beröra en annan människa om vi själva kan hitta den känslan vi vill förmedla. Att säga att en sång är glad ger ingen större effekt på om vi kommer uppfatta eller uppleva glädjen.

När det gäller sympati finns det begränsande aspekter: Det går inte att medvetet planera eller avsiktligt framkalla en överensstämmelse som väcker sympati mellan en given situation och kroppsspråket i denna situation. Sympatieffekten genereras bara om personen är spontan och om hans uttryck stämmer överens med hans faktiska inre sinnesstämningen. En annan intressant aspekt är att effekten av den positiva utstrålningen går om intet om den medkännande personen helt går upp i sin medkänsla. Om distansen går förlorad, förlorar man också förmågan att vara hjälpsam.

## *Reflektion*

*Musik handlar inte bara om känslor, men att vara medveten om hur det fungerar med sympatikänslor kan ge oss en förståelse hur det kan te sig i kommunikationen när vi musicerar. Det kan säkerligen vara bra att utveckla sitt känsloregister och våga använda detta i musiken. Genom musiken tror jag också att vi kan komma åt känsloregister som vi inte kände till sedan tidigare. Det är sedan en utmaning att hitta en balans av att släppa till och att samtidigt inte låta känslorna ta överhand så man tappar förmågan att förmedla, precis som förmågan att vara hjälpsam i det tidigare exemplet. Som dirigent och musiker är det också en utmaning att kunna plocka ur känsloregistret och de referenser man har även när man inte känner så. Att kunna vara personlig utan att behöva vara privat. Jag tror att man skulle kunna lära sig mycket av duktiga skådespelare, som verkligen kan beröra med sin karaktär och upplevas genuint äkta.*

# **lakttagelse**

I hjärnan finns det ett system som kallas det optiska bearbetnings- och interpretationssystemet. Det är det system som bearbetar det vi ser och iakttar. ”Detta system ingriper *enbart* om synbarken levererar bilder av levande, handlande aktörer.” (s.46) Man har kunnat visa att när en observerad handling, som strax innan utfördes av en människa, utförs av en robot lägger systemet ner arbetet. ”Anledningen till detta selektiva engagemang är att systemet inte har någon annan uppgift än att tolka sådant som gör det möjligt att dra slutsatser om andra människors eller andra levande varelsers avsikter eller förnimmelser.” (s.48) Systemet utvärderar kroppsrörelser, ansiktsuttryck, munrörelser och andras blickar.

Förutom att det optiska bearbetnings- och interpretationssystemet beaktar hur människor omkring oss rör blicken ser det också till att vi anpassar våra egna rörelser till de andras. En vanlig reaktion är att vi själva ser åt det håll som en annan person just ser åt. Om någon plötsligt, överraskande eller förskräckt, riktar blicken mot något, tittar vi automatiskt själva dit också.

Av människors ögonrörelser kan man dra mer långtgående slutsatser än av några andra kroppsliga tecken. Det gäller inte bara med avseende på bedömningen av den aktuella situationen utan också framför allt med avseende på andra personers tankar, intentioner och handlingsavsikter.

## *Reflektion*

*Som dirigent har man en viktig uppgift att visa på vad man vill uppmärksamma på och vad sångarna kan lyssna efter. Ögonrörelserna är alltså en väsentlig del i detta, det visar var vårt fokus ligger. Det kan således vara lättare för en körsångare att tolka dirigentens gestik när man också ser ögonen.*

# **Intuitionens för- och nackdelar**

Den information som vi får om andra genom spegelfunktionen är direkt tillgänglig utan att vårt medvetande först måste göra stora tankemässiga analyser och beräkningar. Systemets automatiska arbetssätt möjliggör mycket snabba mellanmänniska avstämnings- och anpassningsprocesser.

Intuitionen använder sig av de mönster som bildats av de reella erfarenheter som man har varit med om för att kunna dra slutsatser av en situation. . Därför kan det intuitiva systemet bli vilselett, framförallt om man får tecken för det som "normalt" tyder på en annan utgång än den som faktiskt inställer sig. Alla de personer som sänder ut lovande eller

förtroendeingivande signaler uppfyller inte alltid de förväntningar som då intuitivt väcks. Det är så man kan bli lurad.

De personer som använder sig av en mer rationell metod, som till stor del hämtats från den matematiska eller fysikaliska logiken, ignorerar ofta den subjektiva, intuitiva faktorn. Det kan leda till att man hamnar helt rätt intellektuellt sett, men helt fel vad beträffar den mellanmänniska situationen.

En balansakt som spelar roll i vardagslivet gäller frågan om det inom en social grupp sker en *ömsesidig* anpassning till de andras sinnesstämningar och avsikter eller om denna jämvikt är påverkad av skillnader i makt. Obalans av detta slag förekommer ofta och är en vanlig orsak till konflikter. ”Om en anställd försöker förstå chefens uppfattningar, planer och även sinnesstämningar och utveckla en positiv resonans på detta måste resonansförsöket vara ömsesidigt. Bristande inlevelseförmåga är en betydande orsak till chefers inkompetenta ledning.” (s.130) Den maktposition som man besitter bör man vara medveten om och förvalta väl.

## Att tänka på som dirigent

Som dirigent har jag i uppgift att samla och leda kören som grupp. För att få en gemensam känsla, tolkning och relation av ett stycke behöver man öppna upp flera ingångar. Ett sätt är att ge en bild eller en föreställning. Dessa bilder kan väcka tankar och föreställningar hos körsångarna som hjälper dem att plocka fram en känsla eller föreställning som de kan applicera i musiken. Tid för eftertanke och reflektion över en text kan vara ett annat sätt att trigga igång tolkningar och visioner.

Vid en konsertsituation kommer det för det mesta en typ av positiv stress som i bästa fall ger oss en koncentration och fokusering vilket kan göra att vi får till det i stunden. Om vi är för dåligt förberedda kan stressen bli negativ och en osäkerhet sprider sig i kören. Det man kan göra för att förbereda sig för dessa situationer är att på repetitionen kunna det så väl att man kan lita på det när stressen kommer.

Nivån på repetitionen och repertoarval i relation till körens förmåga är aspekter som påverkar körens utveckling. Det gäller att hitta en balans som utmanar kören men inte är oöverkomlig, samtidigt som det inte får vara för "lätt" så att kören blir understimulerad. Utmaningen kan bestå flera olika saker som t.ex. svårighetsgrad, klang, samsjungning. Här är dirigentens uppgift att hitta nivån för den aktuella kören.

Det är viktigt att få många goda erfarenheter som grupp eftersom dessa erfarenheter lagras som referenser inom oss. En god dirigent förbereder sig själv och sin kör väl och tror på sina sångare så att de tror på sig själva och kan göra sitt allra bästa utifrån sina förmågor.

## Sammanfattning/diskussion

Jag tror att de flesta känner igen sig i dessa situationer och känslor som jag tagit upp som exempel. Jag tycker det är intressant att få en annan ingång och en grund för det här som man kan ha på känn, men inte riktigt veta varför. Mer kunskap om hur människan fungerar kan hjälpa oss att förstå vår kommunikationsförmåga och varför den ibland brister.

Våra tidigare erfarenheter påverkar hur vi tolkar given information därför tror jag det är bra att hålla på mycket och skaffa oss fler erfarenheter för att utveckla vår referensbank och vår förmåga att kommunicera och musicera.

Som dirigent påverkar vår fysiska uppenbarelse som hållning, andning, spänningar. Detta kan påverka hur det låter och om en körsångare tycker det känns behagligt eller ej. Att kunna spegla varandras känslor och sinnesstämningar gör det möjligt att beröra varandra och i nästa leda också beröra en publik. Dessa speglingar skulle kunna vara en av faktorerna som påverkar om vi lyckas fånga en publik eller ej.

Som vi konstaterat så är det viktigt att båda använda intellektet och intuitionen. För mig som dirigent kan intellektet handla om att förbereda mig så att jag kan stycket, ha tänkt igenom hur jag vill ha det, planerat ett upplägg och övat gestiken. Intuitionen får jag använda mig av i mötet med sångarna för att känna av hur jag skall gå tillväga och vad man ska göra i stunden. Om man tolkar ”fel” kan det vara en fördel att kunna falla tillbaka på intellektet.

Som ledare har man en viktig roll att få sina sångare att känna sig trygga för att de ska kunna prestera så bra som möjligt. Skrämseltaktik är antagligen inte så effektiv då vi också kunnat konstatera att rädsla och press minskar vår inlevelse- och inlärningsförmåga.

Bara det att vi är olika personer, med olika erfarenheter och referenser gör att vi påverkar våra medmusikanter, vilket i sin tur kommer påverka det konstnärliga utförandet.

Att man omedvetet påverkas av olika personer kan framstå som att vi inte har något val därför vill jag också framhålla att ömsesidigheten att speglas också kan ha inverkan samt att vi har olika utvecklade förmågor att

Jag tror att musicerandet ger oss en möjlighet att utveckla flera sidor av mänsklig kommunikation. Människan är en komplex och fantastisk varelse för vilken musiken är ett ovärderligt uttryckssätt där vi kan växa och utvecklas.

## Referenser:

Varför jag känner som du känner – Intuitiv kommunikation och hemligheten med spegelneuronerna, Joachim Bauer, 2005.

Nationalencyklopedin

Samtal med mina lärare vid Kungl. Musikhögskolan: Fredrik Malmberg, Per Andersberg, Mats Nilsson, samt dirigentstudenter och körsångare.