

Talguppet & Ropsucken

*En kvalitativ studie av hur sångare och sångpedagoger uppfattar
två av Marianne Khosos sångövningar*

Av Lisa Dunsö & Sanna Forslund

Göteborgs Universitet 2009

LAU370

Handledare: Olle Zandén

Examinator: Eva Nässén

Rapportnummer: HT08-6110-14

Abstrakt

Examensarbete inom lärarutbildningen

Titel: Talguppet och Ropsucken - En kvalitativ studie av hur sångare upplever sig påverkas av två av Marianne Khosos sångövningar

Författare: Lisa Dunsö och Sanna Forslund.

Termin och år: HT08

Rapportnummer: HT08-6110-14

Handledare: Olle Zandén

Examinator: Eva Nässén

Nyckelord: sång, röst, Genrelös teknik, sångundervisning, sångpedagog, sångmetodik

Den övergripande frågeställningen i arbetet är: Hur uppfattas sångövningarna *Talguppet* och *Ropsucken* av sångare och sångpedagoger?

Metod och material

I detta examensarbete har vi undersökt hur sångövningarna *Talguppet* och *Ropsucken* uppfattas av sångare och har med hjälp av intervjuer från sångelever, sångpedagogsstudenter och sångpedagoger med olika erfarenheter av sång och olika erfarenheter av dessa två övningar kommit närmare de svar vi har sökt. Det finns inte mycket tidigare forskning inom området. Vi har intervjuat Marianne Khoso, som är grundaren till dessa två övningar, och vi har samlat information från sångmetodikböcker, sångteknikböcker, forskning och tidigare examensarbeten som behandlar sång och sångundervisning.

Resultat

I våra intervjuer av sångelever, sångpedagogsstudenter och sångpedagoger har vi funnit huvudpunkter i deras svar som vi sedan har kategoriserat till ämnesindelningarna: Avspänning/kontakt med kropp, Grundröst utan genreschabloner, Medvetenhet om övning, Släppa kontrollen - närvaro – uttryck och Teknik/Talröst.

Övningarna fick övergripande god respons av de som hade stor erfarenhet av övningarna.

Slutsatsen av undersökningen blev att de flesta sångare uppfattar övningarna som effektiva hjälpmedel att använda för flera olika syften - bland annat för att utveckla teknik - men också för att släppa hämningar, lägga bort manér och för att känna sig avspänd vid sång.

De tillfrågade sångpedagogerna uppfattar övningarna som komplexa, bra att använda för vissa specifika syften men med vissa brister.

Betydelse för läraryrket

Eftersom det existerar en mängd olikheter, erfarenheter och ideal kring sång vill vi belysa den fenomenologiska pedagogikens relevans för ett bättre lärande inom sångundervisningen, och som kan ge en vidgad syn på sångundervisningen i framtiden.

Förord

Vi vill varmt tacka Marianne Khoso för att hon gav oss tillåtelse att skriva vårt examensarbete om hennes två sångövningar Talguppet och Ropsucken. Vi är väldigt tacksamma att hon ställde upp på vår intervju, att hon svarade på alla våra frågvisa frågor gällande hennes övningar, samt att hon delade med sig av sina tankar och erfarenheter av sång i allmänhet.

Vi vill också ge ett stort tack till vår handledare Olle Zandén som har hjälpt oss att strukturera ett examensarbete på något som från början endast var våra, något flummiga, åsikter och tankar kring sång.

Vi vill också tacka alla sångelever, sångstudenter, sångpedagogsstudenter och sångpedagoger som har deltagit i vår studie.

Tack och trevlig läsning!

Lisa och Sanna

Innehåll

1. Inledning	sid. 5
1.1 Syfte	sid. 6
1.2 Frågeställning	sid. 6
2. Teoretiskt perspektiv och tidigare forskning	sid. 6
2.1 Centrala begrepp	sid. 7
2.2 Röstorganet	sid. 9
2.2.1 Röstorganets tre huvuddelar	sid. 9
2.2.2 Stämbanden	sid. 10
2.3 Sångrösten som instrument	sid. 10
2.3.1 Vårt egna ljud	sid. 11
2.3.2 Sångmetodik	sid. 11
2.3.3 Olika genrer	sid. 12
2.3.4 Olika teorier	sid. 12
2.4 Den Genrelösa tekniken	sid. 13
2.4.1 Talguppet	sid. 14
2.4.2 Ropsucken	sid. 14
3. Metod	sid. 15
3.1 Val av metod	sid. 15
3.2 Datainsamling	sid. 16
3.2.1 Urval av respondenter	sid. 16
3.2.2 Operationalisering av forskningsfrågorna	sid. 18
3.2.3 Etiska ställningstaganden	sid. 20
4. Resultat	sid. 20
4.1 Presentation av respondenterna	sid. 20
4.2 Sammanställning av data	sid. 22
4.2.1 Sammanställda intervjusvar, intervjugrupp A	sid. 22
4.2.2 Kategorisering	sid. 26
4.2.3 Ämneskategorier	sid. 27
4.2.4 Sammanställda intervjusvar, intervjugrupp B	sid. 30
5. Diskussion	sid. 32
5.1 Metodkritik	sid. 37
5.2 Vidare forskning	sid. 37
5.3 Slutsats	sid. 39
Referenser	sid. 40

Bilaga 1: Intervjufrågor till sångstudenter, sångelever och sångpedagogstudenter

Bilaga 2: Intervjufrågor till sångpedagoger

1. INLEDNING

Den korrekta benämningen på oss är att vi är musikhögskolelärare med inriktning mot sång, men eftersom vi båda ser oss som sångpedagogsstudenter och vår korrekta benämning är omständigt lång kommer vi i denna uppsats kalla både oss och de som vi har intervjuat, som också är musikhögskolelärare med inriktning sång, för sångpedagogsstudenter.

Det finns mängder av termer, teorier och tekniker att välja mellan inom sången. Som sångpedagogsstudent, känner vi till av erfarenhet ur rollen som både sångpedagog och elev, att sångpedagoger har erfarenheter och förkärlek för vissa teorier och det är svårt att bedriva en undervisning utan att försöka forma sina elever utefter dessa. Därför kan det lätt uppstå problem för sångelever när de får nya lärare som använder andra yrkesspråk och metoder än vad eleverna är vana vid.

Jag, Sanna Forslund har stor erfarenhet av detta. Jag fick tidigt i min barndom höra, av människor som lyssnade till min sång, att jag inte borde sjunga eftersom det inte lät bra nog. Jag var envis och ville ändå följa min dröm, men på grund av att jag erfarit ca 15-20 stycken olika sångpedagoger, med olika inriktningar och teorier, innan jag började Musikhögskolan i Göteborg upplevde jag att jag inte hade någon aning om vad som egentligen var mitt sätt att sjunga.

Jag, Lisa Dunsö, hade den omvända situationen när jag började på Musikhögskolan i Göteborg. Jag har alltid vetat att jag är musikalisk och "sjunger bra" och har alltid fått detta bekräftat för mig. Jag kommer ifrån en familj där alla familjemedlemmar jobbar inom musikbranschen. För mig var problemet snarare att känna mig motiverad att utvecklas utan att uppleva känslan av prestationsångest.

Vi har båda två kämpat med våra olika problem inom sången. Sanna har övat tills hon har blivit hes utan att riktigt förstått vad hon skall göra och Lisa har slarvat med att göra sina sångläxor eftersom hon vet att hon kommer att prestera bra på lektionen ändå. När vi studerade på Musikhögskolan kände vi båda en inre stress att vilja prestera perfekt när vi sjunger och denna stress gjorde det svårt för oss att "bara sjunga" utan att samtidigt värdesätta vårt presterande.

Som vi redan nämnt kommer vi från två olika sångbakgrunder när vi började Musikhögskolan. Vi kommer dessutom från olika genrebakgrunder, Lisa från inriktningarna pop och rock och Sanna från inriktningarna klassisk sång och jazz. Våra röster låter väldigt olika och vi har haft olika problem med våra sångtekniker. Även om vi har väldigt olika erfarenheter, bakgrunder, resurser och mål med vår sång kunde vi ändå utvecklas som bäst tack vare samma två övningar.

Dessa två sångövningar heter *Ropsucken* och *Talguppet* och är två sångövningar som har förbättrat vår sång på många olika sätt. Sångövningarna är två grundpelare i den *Genrelösa tekniken*, som är en sångmetodik som sångpedagogen Marianne Khoso har

skapat och använder i sin sångundervisning på Musikhögskolan i Göteborg. Med dessa övningar förändrades vår syn på den sång vi hade inom oss. Sanna fann en röstkvalité som kändes naturlig, hennes egen och fri. Lisa tvingades börja öva eftersom hon plösligt sjöng på ett nytt sätt som hon inte kunde fuska sig till. Denna ”nya röst” kändes så okänd för henne att hon samtidigt minskade mycket av sin prestationsångest då detta sångsätt inte var så starkt förknippat med hennes identitet som förut.

Med dessa övningar kände vi att vi stod i kontakt med en sång som kändes naturlig för oss. Det känns lätt att sjunga på det sätt som övningarna *Talguppet* och *Ropsucken* får fram ur oss. När vi upplever som att det känns lätt att sjunga upplever vi vår egen sång som någonting som är roligt och lustfullt. Vi märker också att på grund av dessa upplevelser fokuserar vi inte på hur vi ska prestera fram sången utan upplever att sången ”bara kommer” ur oss. Vi upplever också att vi presterar bättre när vi inte fokuserar på hur vi ska sjunga.

Eftersom vi båda är sångpedagogsstudenter och upplever övningarna *Talguppet* och *Ropsucken* som två väldigt bra övningar, och något utöver de vanliga sångövningarna eftersom övningarna berör många viktiga punkter inom sången, vill vi nu med denna uppsats ta reda på hur andra uppfattar dessa övningar? Var det endast en tillfällighet att de fungerade så bra på oss? Är dessa övningar så pass uppskattade av andra att vi kan använda dem i vårt eget arbete som sångpedagoger?

1.1 Syfte

Att ta reda på hur övningarna *Talguppet* och *Ropsucken* uppfattas av sångare.

1.2 Frågeställningar

Hur uppfattas sångövningarna *Ropsucken* och *Talguppet* av sångare?

Hur påverkar övningarna sångstudenternas/sångelevernas sång?

Vilka för- och nackdelar upplever sångpedagogerna att övningarna har?

2. TEORETISKT PERSPEKTIV OCH TIDIGARE FORSKNING

I detta avsnitt nämner vi centrala begrepp inom sång, och även ett aktuellt pedagogiskt begrepp för vårt examensarbete, för att ge en grundläggande information kring sång och sångundervisning som är nödvändiga att känna till för att kunna förstå vår resultatdel och vår slutdiskussion. Det finns många olika teorier och sångtermer att välja emellan när

man ska förklara vad som händer när man sjunger. Vi har valt att välja termer ur teorier som vi finner ger den enklaste och tydligaste förklaringen på det som vi vill beskriva. Vi använder oss därför av information från olika teorier, men får ibland översätta/förklara termer så att vi är konsekventa i vårt användande av termer.

I avsnittet *Röstorganet* går vi igenom vad som händer i kroppen när man sjunger, rent fysiskt. Vi vill också här ta upp, genom att nämna om ansatsröret och stämbanden, de mängder valmöjligheter som finns inom vår kropp för att alstra olika sorters ljud och därför ge en inblick i hur många varianter av läten som vi kan använda oss av i vår sång.

I avsnittet *Sångrösten som instrument* ger vi en överblick i varför vi sjunger som vi gör och några dilemman som kan uppstå som sångelev när man stöter på sångteorier, sångmetodiker och genrer.

I avsnittet *Den Genrelösa tekniken* förklarar vi mer ingående vad övningarna *Talguppet* och *Ropsucken* är för något och försöker i ord beskriva hur man utför dessa övningar.

2.1 Centrala begrepp

Fenomenologisk pedagogik

pedagogisk ansats inspirerad av fenomenologin. En av dess huvudprinciper är att undervisning skall ta sin utgångspunkt i elevernas livsvärld, dvs. i den av dem erfarna världen. Det är därvid väsentligt att läraren vinner insikt om hur det som undervisningen behandlar framstår för eleverna och hur undervisningssituationen upplevs av dem. Fenomenologisk pedagogik har vunnit mest gensvar i Tyskland, där den som regel varit starkt filosofiskt orienterad. Mest känd utanför Tyskland är den s.k. Utrechtskolan i Nederländerna, vilken under Martin Langevelts (1905–1989) ledning konsekvent tillämpade fenomenologiska principer på pedagogiska frågor. I Sverige hade landets förste professor i pedagogik Bertil Hammer fenomenologiska inslag i sin forskning. Senare har en fenomenologiskt orienterad pedagogik utvecklats vid Göteborgs universitet av Ference Marton och dennes medarbetare. Den är baserad på en speciell forskningsmetodik kallad fenomenografi, som går ut på att identifiera och beskriva de kvalitativt skilda sätt på vilka människor uppfattar olika företeelser i sin omvärld. (Nationalencyklopedin. 2008)

Sång

sång, ..den mänskliga röstens användning i musikaliskt syfte, genom melodi, rytm och klangfärg, i allmänhet förbunden med textinterpretation men också som en instrumental prestation. Definitionen av sång kan vara flytande, t.ex. i fråga om avgränsning gentemot talsång eller recitativ, och olika musikgenrer fordrar skilda sångstilar, från den italienska operans virtuosa bel canto till jazzens textlösa scatsång... (Nationalencyklopedin. 2008)

Vår användning av ordet är liknade de ovan nämnda citatet ur Nationalencyklopedin. Vi vill också tillägga att vi även ser ”sång” som någonting mer än ett instrument, som en väg där man står i kontakt med sina känslor.

Tal

Vi ser ingen stor skillnad mellan tal och sång förutom att, som Nationalencyklopedin säger, att man använder sång i ett musikaliskt syfte och det upplever vi inte att man gör med talet i samma bemärkelse. Att tillföra musik på vår röst kan ibland *krångla till* det för sångare och kan göra så att man upplever sång som något som är mycket mer komplicerat än tal. Marianne Khoso menar, att talet kan vara till stor hjälp för sångare att använda som verktyg för att *skala bort* inställningar som kan vara i vägen för att låta rösten vara hel och elastisk. Med hjälp av talet kan sångare få hjälp att hitta viktiga ingredienser för sången som finns naturligt i talet men som inte kommer fram i sången eftersom de lätt överskuggas av att man fokuserar på annat som t.ex. sound-, teknik- och hur man presterar sången. Vanliga punkter som talet kan hjälpa sången med är t.ex. hitta tjock stämbandsmassa, och kontakt med kroppen genom de naturliga betoningar och obetoningar som vi har i vårt tal.

Sound

sound, musikterm, oftast använd om en klanglig helhetsupplevelse (ljudbild) av främst jazz och populärmusik. Ofta talas om ett sound knutet till artister från en ort eller ett skivbolag, t.ex. Memphis-sound, Motown-sound. Sound kan också referera till en musikers spelsätt och stil, t.ex. Jimi Hendrix-sound. Även en inspelningsstudio eller skivproducent kan tillskrivas ett speciellt sound.” (Nationalencyklopedin. 2008)

Vi använder ordet sound lite enklare än beskrivningen från Nationalencyklopedin. Vi använder det som egentligen svenskans ”ljud” men väljer att istället säga sound eftersom vi tycker att det låter bättre. Det faller oss också naturligt att använda sound eftersom det är en vanlig musikterm som vi är vana vid att säga.

primärton: ”*ett ljud som inte har vibrato och som vilar på talet*” (Marianne Khoso, 15 december 2008)

Vi använder begreppet för det ljud som låter när en människa bildar, med sina stämband, ljud som vilar på talet men som saknar vibrato.

Komprimerad röstljud

En komprimerad röst väljs när man vill ha ett ljud som är tätt och utan luft i stämman, både vid liten och stor ljudstyrka. När rösten är komprimerad krävs en hårdare tillslutning av stämbanden och klangen blir tätare, klarare och ofta kraftigare än med en mjuk tillslutning av stämbanden. (Sadolin, 2001 s. 82)

Metallisk röstljud

Det metalliska ljuden är när man komprimerar rösten ännu mer så att rösten låter lite *metallisk*.

Börja i ljus och MYCKET komprimerad Neutral. Twanga larynxtuben och gör tungan bred tills ljudet blir mera skarpt och en aning klämt som om det var metalliskt. Ju mer twangad

larynx-tuben är desto mer isklet och ank-liknande blir ljudet. Håll kvar den stora kompressionen i stämbandets så att tonen blir tät och klar. Starta tonen med en hård ansats som också skapar intryck av metalliskt ljud.
(Sadolin om hur man hittar metall-liknande Neutral, 2001 s. 87)

Kroppen byter växel

När detta sägs menar man att stämbandets inställningar förändras från till exempel talröst till falsett. Vilket innebär, enligt Estill, från tjock stäbandsmassa till styv. (McDonald Klimek, Obert, Steinhauer, *The Estill Voice training system*, 2005) (2.2.2 om stämbandets går vi igenom mer om Estills olika stäbandsmassor)

2.2 Röstorganet

2.2.1 Röstorganets tre huvuddelar

Röstorganets tre huvuddelar har flera olika namn men vi väljer att använda de namn som tydligt beskriver vilken funktion de har i sången. Delarna heter Aktivatorn, Vibratorn och Resonatorn, som alla samspelar från inandning till utandning och tillslut gör så att vi bildar ljud. (Nanna-Kristin Arder, 2001)

Aktivatorn (som också kallas för Andningsapparaten) består av bukmuskler, diafragma, revbensmuskler, lungor och luftrör. Dessa muskler *aktiveras* när vi andas.

Vibratorn (som vissa namnger som Struphuvudet) består av strupens brosk (skölbrosket, ringbrosket, pyramidbrosket (också kallade kannbrosket) och struplocket) och av strupens kärl, nerver, muskler och stämband. Det är här som stämbandets *vibrerar*.

Resonatorn (som vissa namnger som Artikulationsapparaten) består av svalg, munhåla, näshåla, tunga, läppar och den mjuka gommen. I dessa håligheter får ljudet *resonans*.

Den vanligaste sättet att bilda ett ljud börjas med en inandning. Diafragma tryck då nedåt och den nedre delen av bröstkorget vidgas, lungorna fylls med luft och bukmuskulaturen aktiveras och kontrollerar luftflödet. Luften går sedan, vid utandning, ut via luftstrupen och får stämbandets att vibrera och bilda ljud. Ljudet förgrenar sig sedan i svalget och går mot munhålan och näshålan. Ljudet artikuleras sedan med hjälp av mjuka gommen, tungan, känen och läpparna.

En annan viktig term att känna till är **Ansatsröret**. Det är det utrymme som sträcker sig från stämband till läppar. Detta består av struphuvudet, svalget, munhålan och näshålan. Dess form och storlek har stor betydelse för röstens *sound*. När man förändrar detta utrymme förändras också *soundet* på rösten. Det betyder att det är här vi kan bestämma vilket *sound* vi vill ha på vår röst. Ljudet kan varieras mycket genom att vi minskar eller förstorar Ansatsrörets utrymme genom att t.ex. höja eller sänka tunga och struphuvud. (Catrine Sadolin, 2001, s.150)

2.2.2 Stämbanden

Stämbanden kan användas på olika sätt. Också här finns många oenigheter om vad som är korrekt och vilka begrepp man borde använda sig av. Vissa talar om bröströst och huvudröst, andra om randregister och fullregister. (Begreppet falsett används även olika beroende på vem man talar med.) Vi vill medvetet (ännu en gång) nämna mängden termer och teorier inom sången för att ge en bild av den djungel som kan uppfattas av sångelever, sångpedagogsstudenter och sångpedagoger som stöter på nya termer och teorier.

Vi har valt att använda oss av Jo Estills (McDonald Klimek, Obert, Steinhauer, *The Estill Voice training system*, 2005) benämningar på stämbandens funktioner. Enligt Estill finns det fyra olika sätt att använda våra stämband och hon delar in dem i tjock-, tunn-, styv- och slapp stämbandsmassa. När vi sjunger med tjock stämbandsmassa vibrerar hela stämbandsmassan (många har tjock stämbandsmassa när de talar). När vi sjunger med tunn stämbandsmassa vippas sköldbrosket framåt och stämbanden *tunnas* ut (när man snyftar och gråter är det vanligt att man använder sig av tunn stämbandsmassa). Styv stämbandsmassa är när kannbrosken drar stämbanden bakåt och sårar på dem (då sjunger eller talar man i det Estill kallar för falsett). Den slappa stämbandsmassan är inte lika vanlig att man använder i sång, stämbandsmassan är då avslappnad och stämbanden svänger oregelbundet (den är vanligast att använda som en effekt i sången eftersom den ger lite *skorr* på rösten).

Det kan för många uppfattas som svårt att med tjock stämbandsmassa gå upp till toner som är mycket högre än a1. Om man som nybörjare gör detta utan att använda sig av stöd och muskulatur kommer kroppen att vilja *byta växel* och vilja använda sig av (oftast) styva stämband i det högre registret. När man *byter växel* är det vanligt att man gör det kring de toner som kallas för *skarven*. (Jodding är ett exempel på hur det låter när man använder sig av *skarven*, tjock stämbandsmassa och styv stämbandsmassa.) Alla människor har en *skarv* som är ett spann av några toner (ofta kretsar kring tonen a1) där kroppen gärna vill övergå från tjock stämbandsmassa till styv stämbandsmassa. Nybörjare brukar få jobba mycket med att göra en fin övergång mellan de två olika stämbandsmassorna eftersom det kan låta som att man "får en tupp i halsen" när kroppen byter mellan stämbandsmassorna. För att det inte ska inträffa måste man hjälpa till med musklerna i kroppen så att man antingen går in i tunn stämbandsmassa eller *beltar* (teknik för att få tjock stämbandsmassa på höjden) tonen. När man *beltar* en ton upplevs den ofta som stark i volym och för att finna en röst som låter lik sin talröst, fast över skarven, brukar man därför träna på att hitta tunn stämbandsmassa. Att hitta tunn stämbandsmassa, och en balans mellan tjock- och tunn stämbandsmassa uppfattas av många som något svårt att uppnå, men när man lyckas att *mixa* dessa stämbandsmassor uppnår man en röst som inte uppfattas som begränsad av skarvar och som då kan upplevas som en *hel* röst.

2.3 Sångrosten som instrument

I detta avsnitt ger vi en överblick i varför vi sjunger som vi gör och några dilemman som kan uppstå som sångelev när man stöter på sångteorier, sångmetodiker och genrer.

2.3.1 Vårt egna ljud

Vi är alla olika formade inuti vårt röstorgan och det är därför vi också låter olika. (Sadolin, 2006) Dessa inställningar är medfödda men kan också ändras på grund av vad vi lyssnar till, efterliknar och övar på. Denna bearbetning av våra medfödda förinställningar är ett vanligt moment när man tränar sångteknik under en sånglektion. Som sångare är det vanligt att man har lättare för vissa inställningar och svårare för andra. Forskaren, pedagogen och sångerskan Jo Estill menar att alla har ett *attractor state*, vilket innebär att vi alla har inställningar som kroppen attraheras till att göra. Detta innebär att en elev som t.ex. har ett högt struphuvud kommer att ha lättare för tekniker som kräver ett högt struphuvud än ett lågt eftersom det faller mer naturligt för eleven att sjunga med ett högt struphuvud. Estill menar också att man kan med träning ändra sitt *attractor state* så att något som förut kändes som en onaturlig inställning kan senare kännas som en naturlig inställning. (McDonald Klimek, Obert, Steinhauer, *The Estill Voice training system*, 2005. s.7)

2.3.2 Sångmetodik

Byte av sångteknik innebär att man förändrar arbetet i kroppen och kroppens inställningar så att ljudet förändras. Eftersom arbetet sker inuti kroppen kan inte sångpedagogen visa, som t.ex. en pianolärare kan, hur man skall göra utan måste få eleven att förstå hur han/hon skall göra. Alla lär sig på olika sätt och för att få eleven att göra *rätt* måste sångpedagogen vara beredd på att använda sig av olika metoder. Vissa elever kan behöva att först lära sig hur det eftersträvade ljudet bildas rent teoretiskt, andra behöver känna sig fram rent fysiskt, medan andra behöver arbeta med ljudet, genom att höra, känna igen och härma det. En del lär sig genom att se teckningar och översikter och använder sin föreställningsförmåga för att hitta rätt väg att gå. (Sadolin, 2006 s. 9)

När en sångpedagog får en ny elev vill sångpedagogen ofta kartlägga elevens mål och ambitioner i den sångliga utvecklingen för att lättare kunna hjälpa eleven att utvecklas samtidigt som han/hon måste ta hänsyn till elevens lärförutsättningar. Det är alltså inte bara sångtekniken som bearbetas på en sånglektion. Sång innebär mycket mer än ljudbildning. Sångundervisningen kan se helt olika ut beroende på vad som skall bearbetas och i vilken genre man sjunger inom. Som nybörjare kan det vara svårt att veta vad man ska börja träna på och då är det sångpedagogens jobb att säga detta. Är man som sångelev på en mer avancerad nivå eller har specifika mål med varför man tar lektioner är det sångpedagogens jobb att lyssna till detta och försöka hjälpa eleven på just dessa punkter. Genom att pedagogen lyssnar på eleven kan han/hon se till att den elev som vill förbättra sin andning undervisas på ett annat sätt än den elev som tar lektioner för att få ett trevligt avbrott i den gråa vardagen. En elev som har röstproblem borde inte heller undervisas på samma sätt som en elev som ska söka in till ett konservatorium. (Arder,

2001 s. 29)

2.3.3 Olika genrer

Nuförtiden delas sångundervisningen på gymnasiet, folkhögskolor, friskolor, musikhögskolor och studieförbund oftast in i två kategorier: om man vill forma sin sång mot den klassiska sångtraditionen eller mot det afroamerikanska.

Det finns många skilda meningar i hur dessa två stilar har uppkommit. Vi har hämtat vår information ur olika musiklexikon.

Den klassiska sången

Den klassiska sången är ett sångideal som är hämtat från den västerländska bel canto-stilen, som betyder vacker sång. För att sjunga bel canto strävar man efter stabilitet, bärighet och renhet i klang, långa crescendon och diminuendon samt rörlighet i rösten. Stilen växte fram under 1600-talet och under romantiken utvecklades den till dagens karaktäristiska operaideal. En god klangplacering och teknik krävdes av sångaren för att höras när man sjöng till en orkester. (Sohlmans musiklexikon, 1979). I klassisk sångteknik formar man om vokalerna så att de får samma runda klang som a och o, så kallad *egalisering*. Tonansatsen sker uppifrån och klangen placeras i munhålan samtidigt som gomseget höjs, och struphuvudet sänks. Vibrato eftersträvas att komma direkt vid ansatsen. Konsonanterna får inte pressas fram utan ska komma uppifrån och åtföljs direkt av vokalen som ska ha en fullödig klang. (Gustavsson, 2005)

Den afroamerikanska sången

Den afroamerikanska sången sägs ha uppstått när afrikanska musiktraditioner blandades med västerländska under slaveriet i Nord- och Sydamerika. (Sohlmans musiklexikon, 1979) De afroamerikanska musikstilar som delas föddes fram är t.ex. blues, jazz, soul, godspell, pop och rock. Inom afrogenreerna är det viktigt att man har sitt eget sound och eftersom sången ofta förstärks med mikrofon kan sångaren använda sig rikt av nyansskillnader. I den afroamerikanska tekniken vill sångaren uppnå en ljusare och mer övertonsrik klang. Struphuvudet hålls högre än vid klassisk sång och lufttrycket är högre. Vokalerna och konsonaterna utgår från talrösten och tas ofta glidande nerifrån. I motsats till det klassiska idealet egaliserar vokalerna bredare mot i och e. I afroamerikansk sång har man större frihet att använda sig av olika klanger och textning. (Gustavsson, 2005)

Som ni märker ovan finns många skillnader och också likheter mellan den klassiska sångtraditionen och den afroamerikanska. Undervisningen i de olika genrererna är därför på vissa sätt lika och andra sätt olika.

2.3.4 Olika teorier

Det finns många olika teorier om sångteknik. De tre teorier och dess grundare som har tagits upp i sångmetodiksundervisningen under vår utbildning på Musikhögskolan i Göteborg är Catrine Sadolin, Jo Estill och Marianne Khoso.

Catrine Sadolin är uppvuxen i Danmark och är mycket omtalad för sina idéer om sång och för sin bok *Komplett sångteknik*. Hon säger att all användning av rösten kan delas in i de fyra funktionerna: *Neutral, Curbing, Overdrive och Belting*. (Sadolin s. 14)

Jo Estill är amerikan och avslutade sin karriär som sångerska för att ta reda på vad som händer när man sjunger. Hon är känd för sin forskning under namnen *Estill Voice Mode* och *The Estill Voice Training System* där hennes teorier om sång lärs ut med hjälp av kurser och medkommande böcker. Hon kategoriserar all användning av röst i sex funktioner: *Speech, Falsetto, Belt, Twang, Sob/Cry och Opera*. Hon doktorerade år 2004 från East Anglia University. (McDonald Klimek, Obert, Steinhauer, *The Estill Voice training system*, 2005. s.1)

Marianne Khoso är uppvuxen i Sverige och är sångpedagog på HSM (f.d. Musikhögskolan) i Göteborg. Hennes sångmetodik, *Genrelös teknik*, har utkristalliserat sig efter över 30 års erfarenhet av sångundervisning. Den har tillkommit för att ge sångare med olika genrebakgrund en bra grundröst. Enligt Marianne Khoso kan man använda *Genrelös teknik* som grundträning av rösten, och även som verktyg och bollplank när man har stött på problem inom en sångteknik. Den kan också beskrivas som ett sätt att nollställa rösten om man t.ex. har problem med någon genre eller sjunger på ett sätt som kan vara skadligt för rösten. Den *Genrelösa tekniken* utgår från talrösten och är en frigörande holistisk teknik. Den ska användas som utgångspunkt när man lär sig att ställa om sin röst till tydligt genrespecifika klangrum. När man tolkar en sång får man sedan tillägga de röstboxar och genreshabloner som sången tillhör. Man kan även använda den genrelösa tekniken för att sjunga sina sånger med, men då måste man komplettera med en tydlig berättande ansats. (ur intervju med Marianne Khoso, 15 december-2008)

2.4 Den Genrelösa tekniken

De två övningar som vi baserat vår C-uppsats på, *Talguppet* och *Ropsucken*, är två av flera grundläggande komponenter i Marianne Khosos *Genrelösa teknik*. Eftersom *Talguppet* och *Ropsucken* är två av flera viktiga komponenter i den *Genrelösa tekniken*, använder Marianne Khoso sig mycket av just dessa övningar för hitta en frilagd röst. (Intervju med Marianne Khoso, 15 december-08)

Marianne Khoso vill gärna inte kategorisera den *Genrelösa tekniken* som en genre i sig eftersom hon anpassar tekniken efter den genre som skall sjungas. När man vill sjunga olika genrer baserat på den *Genrelösa* rösten applicerar man (som vi nämnde innan) så kallade *röstboxar* och *genreshabloner* på sången, det vill säga ändrar vissa inställningar som korrigerar soundet och interpretationen. Det som gör att detta skiljer sig från t.ex. Estills och Sadolins tekniker är att den *Genrelösa tekniken* utgår från en frilagd och välbalanserad röst medan Estill och Sadolin utgår från sina funktioner.

Marianne Khoso menar att sångerskorna Julie Andrews och i viss mån även Alice Babs som unga sjöng *Genrelöst* utan att ha någon särskild röstbox inkopplad. (Röstbox innebär enligt Khoso ett sound som kan härstamma från en sångteknik eller genre.) Hon menar att t.ex. Helen Sjöholm kan tyckas sjunga *Genrelöst* eftersom att hon sjunger på ett sätt som kan uppfattas som naturligt och enkelt, men eftersom Khoso anser att t.ex. hennes struphuvud har en högre inställning än det genrelösa rörliga struphuvud, kategoriseras hon inte som en användare av Genrelös teknik. Unga Julie Andrews sång däremot liknar *Genrelös teknik*, även om hon sjunger klassisk musikal. Hennes sång har också en tydlig berättande ansats.

Genrelös teknik är en metod att använda och utveckla rösten på, och egentligen är den *Genrelösa tekniken* mer en metod i hur man kan utvecklas oavsett genreursprung, än en ny sångteknik, eftersom folk har sjungit på det här sättet långt innan Marianne Khoso var född.

2.4.1 Talguppet

I övningen mixar man röstens stämbandsmassa i hela registret så att man alltid hittar en välbalanserad muskeltonus. Övningen blandar talrösten med sångrösten. Det är svårt att beskriva övningen utan att med röst demonstrera den, men man kan beskriva övningen som:

- 1. att man talar eller sjunger en- eller två stavelser efter varandra**, t.ex. åhej. Å kommer att bli en obetonad stavelse och hej en betonad. Hej får en tydlig studs eller ”gupp” i botten. Detta kan man göra med olika stora intervall emellan å och hej, både i nedåt- eller uppåtgående rörelse. Det viktiga är att hej (talguppet) även i sång får en talad karaktär. Man kan också likna det vid att man med hjälp av gummiliknande motstånd i kroppen studsar mellan tjocka och tunna stämläppar.
- 2. att man åker rutschkana ner till en studs matta och sedan hoppar man några hopp på studsmattan.** Varje hopp motsvarar ett litet talgupp.

Marianne Khoso menar att genom denna övning varierar tjockleken på stämbandsmassan mellan obetoningar och betoningar och att det är något som vi redan har naturligt i vårt språk. Man låser sig inte i något speciellt register utan rösten får bli elastisk i hela omfånget. Hon vill därför i alla lägen se till att tonen vilar på talets grund.

2.4.2 Ropsucken

Ropsucken är ett slags ljud som kan uppfattas som en blandning av rop och suck. Man får inte förväxla ropsucken med ett vanligt rop i lägre lägen. Därför får man först vänja sig vid att ropsucka i ett ljusare läge. Men allteftersom man har fått förståelse för hur det ska

kännas kan man ropsucka i alla lägen. Här handlar det inte om, likt Talguppet, att man ska "guppa" på tonen utan mer att man ska "sucka" ut den.

Genom att "sucka" blir tonen tung. Denna övning vill hitta primärtonen (se centrala begrepp) inom oss och hitta en hel röst utan skarvar. Marianne menar att denna övning är bra för nybörjare i sång så att de hittar var man har sin starkare röst så att man inte sjunger med falsettens styva stämläppar och att få eleverna att våga låta, speciellt i det övre registret.

Denna övning kan beskrivas som:

1. **att man håller/suckar ur sig en ton.** (Man får inte hålla i tonen utan man måste släppa taget om den.)
2. *"uppifrånansats med luft som sänks till talet med en betonad stavelse så att det kommer som en rekyl"* (Marianne Khosos egna ord, 15 december -08)
3. **att med hjälp av luftansats "suckropar" ur sig en ton utan att förlora stödet.**

Båda övningarna

Man kan slå ihop övningarna så att man först ropsuckar ut en ton som sedan fortsätter ner i en lägre ton i talröstkvalité med flera talgupp.

Grundtanken med övningarna är att de frigör hela rösten från färdiga inställningar och har talet som grund. Man sjunger då någonstans mellan tal och sång.

3. METOD

3.1 Val av metod

Vår studie är kvalitativ och har gjorts med hjälp av djupstudier. Vi valde detta tillvägagångssätt eftersom vi tror att samtal med respondenter ger oss en större möjlighet att nå en djupare förståelse av ämnet än vad någon annan metod skulle kunna ge oss. Vi tror att en enkätundersökning lätt skulle ge oss felaktig information då samtal om sång ofta rör många saker som behöver förklaras mer ingående. En sångare har ofta haft flera olika sångpedagoger förut, med egna yrkesspråk och sätt att beskriva sång som kan vara svårt förstå genom enbart text och svårt att översätta på ett korrekt sätt. Vi vill inte heller att respondenten ska tvivla på vad vi menar när vi ställer våra frågor, därför valde vi att genomföra intervjuer. Våra slutsatser kommer att dras utifrån en induktiv analys av

resultatet. I en induktiv analys hämtas allt material att forska kring enbart ur den information vi hittar i vår undersökning, till skillnad från en hypotetisk-deduktiv analys där man formar en eller flera hypoteser som sedan undersöks för att se om dessa stämmer överens med verkligheten.

3.2 Datainsamling

Information om studien fick deltagarna initialt per telefon. Vi berättade att vi skriver en c-uppsats om sångares upplevelser av två sångövningar som ingår i den Genrelösa tekniken – närmare bestämt Talguppet och Ropsucken. Vi frågade om personen i fråga hade arbetat med dessa övningar och i så fall hur mycket. Vi förklarade att en intervju skulle ta ca 20 minuter och undrade om han/hon var intresserad av att medverka. De kontaktades igen per telefon för att bestämma tid och plats för intervju.

Intervjuerna genomfördes i ett lugnt rum på Musikhögskolan eller på den plats respondenten önskat (t ex på dennes arbetsplats). Vid flertalet av intervjuerna var båda författarna närvarande då den ene förde samtalen och den andre var observatör. Båda antecknade vad som sades och jämförde därefter sina anteckningar. Vid ett par tillfällen då bara en av oss hade möjlighet att närvara och genomföra intervjun nedskrevs endast en persons anteckningar.

Intervjuerna förbereddes med strukturerade frågor kring ämnet. Fördjupade frågor ställdes när vi ville ha mer information från respondenten för att förstå hans/hennes åsikter bättre. Varje intervju blev ca 20 – 40 minuter lång, beroende på hur utförlig respondenten var i sina svar. Om respondenten svarade väldigt kortfattat eller vi fann svaret vara något oklart ställdes följdfrågor som t ex ”Skulle du vilja utveckla ditt svar?”, ”På vilket sätt?” eller ”Hur menar du då?”. Efter varje intervju hade vi en fri diskussion med respondenten då vi diskuterade fritt med denne, utan tydliga anteckningar och frågor, för att få veta mer och få en "känsla" för hur han/henne upplevde t.ex. sin egna sång och andra åsikter som vi fann intressanta i stunden.

3.2.1 Urval av respondenter

Våra respondenter är studenter på Musikhögskolan (HSM – Högskolan för Scen och Musik) som alla läser sång som huvudämne och vid olika tillfällen jobbat med övningarna ”Talguppet” och ”Ropsucken” tillsammans med Marianne Khoso. Respondenterna valdes ut utifrån sin musikaliska bakgrund. För att få en fördjupad kunskap om de två övningarna och för att få större spridning inom respondentgruppen, valde vi ut ett antal sångstudenter som haft Marianne som sångpedagog under *olika* lång tid och på *olika* hög nivå. Könaspekten valde vi att bortse ifrån då vi inte tror att detta är relevant i sammanhanget eller att detta skulle påverka vårt resultat på något särskilt sätt. Däremot är vi intresserade av hur respondenternas val av genre påverkar deras syn på

övningarna och valde därför att intervjua både studenter som inriktar sig på klassisk sång och studenter som inriktar sig på afroamerikansk sång.

Vi är medvetna om att pedagogen under en sånglektion väljer att arbeta med det som passar eleven bäst, därför kan det vara en risk att bara använda sig av Mariannes studenter då vi inte varit med under lektionerna och alltså inte vet exakt när hon använt sig av övningarna och när hon valt att jobba på ett annat sätt. Målet under varje lektion är för pedagogen att få eleven att göra ett så bra arbete som möjligt och vi kan därför inte garantera hur mycket dessa övningar använts. Därför valde vi att även intervjua några av Sannas egna sångelever som även dessa jobbat med övningarna under några lektioner.

För att bredda vår respondentgrupp ytterligare, valde vi att också intervjua några sångpedagogstudenter - även dessa med skiftande sånghistoria och olika lång erfarenhet av övningarna. Dessa har arbetat med sin egen sång länge men har också läst sångmetodik och där fått kunskap om många olika typer av övningar och om olika undervisningssätt. Alla sångstudenter som deltar i vår studie läser sång som huvudämne och kommer alla sju att få en examen med behörighet att undervisa i sång. Skillnaden mellan de vi kallar ”sångstudenter” och de vi kallar ”sångpedagogstudenter” i vår studie, är att den första gruppen ännu inte läst sångmetodik och därför inte har samma kunskap inom detta ämne som den andra gruppen.

Vårt intresse ligger dock inte i att inte särskilja dessa tre grupper från varandra. Urvalet har gjorts för att få en så stor spridning bland respondenterna som möjligt gällande kunskapsnivå och erfarenhet av övningarna samt genreinriktning.

Vi valde även att även intervjua tre sångpedagoger. Vi är intresserade av att veta vad de, som själva arbetar med sångundervisning på heltid men använder sig av helt andra metoder, anser om övningarna som undervisningsverktyg. Två av dessa visste vi jobbar främst utifrån ett Jo Estill-perspektiv och en tredje utgår mycket ifrån Catrine Sadolines teorier. Dessa respondenter fick i början av intervjun se ett videoklipp av Marianne Khoso där hon demonstrerar övningarna ”Talguppet” och ”Ropsucken” och efter detta följde ett antal frågor. Vi frågade Marianne om hon hade lust att demonstrera övningarna för att använda vid intervjuerna. Detta spelade vi in som ett videoklipp på Lisas mobiltelefon.

Våra respondenter är:

- 4 sångstudenter från HSM, som har jobbat med ”Ropsucken” och ”Talguppet” i undervisningen med Marianne Khoso, under olika lång tid och på olika hög nivå.
- 3 sångelever till Sanna Forslund, i relativt nybörjarstadiet, som nyligen har blivit introducerade dessa övningar. De har genomgått dessa övningar under ca 3-5 lektionstillfällen.
- 3 sångpedagogstudenter som går sista terminen på HSM, som alla har haft lektioner i Genrelös teknik där övningarna ingår och även i andra sångtekniker.
- 3 sångpedagoger som arbetar med andra metoder i sin undervisning.

3.2.2 Operationalisering av forskningsfrågorna (intervjufrågor)

Våra intervjufrågor till studenter och elever skiljer sig ifrån de intervjufrågor vi ställer till pedagogerna (se bilaga 1 + bilaga 2) därför har vi valt att dela in våra respondenter i två grupper. Sångstudenter, sångpedagogstudenter och sångelever bildar Respondentgrupp A. Sångpedagoger bildar Respondentgrupp B. Våra frågor till studenter och elever handlar om hur de *upplever att övningarna påverkar deras sång* och hur de *uppfattar övningarna i sin undervisning*. Eftersom pedagogerna inte arbetat med övningarna själva, varken i sin egen sång eller i sin undervisning, vet de inte hur de uppfattar att övningarna påverkar deras eller andras sång. Våra frågor till sångpedagogerna handlar istället om *vad de tror är syftet med övningarna* och *hur de bearbetar samma saker* med andra metoder, samt *vilka för –och nackdelar* de tror kan finnas med dessa övningar. Vi har valt att ställa frågorna i nedanstående följd. I båda grupperna börjar vi intervjun med den fråga som är tydligast förknippad med vårt syfte. Sedan följer i respondentgrupp A frågor om hur övningen uppfattades i början, vad som bearbetas genom övningen och vilka resultat övningen för med sig. Intervjun avslutas med en öppen fråga om vad respondenten tycker själv och om hon/han använder sig av övningen privat. I respondentgrupp B följer frågor om hur respondenterna själva arbetar och vilka för –och nackdelar de tycker sig se i övningarna. För att inte våra egna erfarenheter av övningarna ska spegla intervjuerna har vi valt att ställa frågor som ger utrymme för olika typer av svar och ämnen. När vi sammanställer resultatet kommer vi att analysera intervjuerna i de två grupperna var för sig, och sedan i diskussionen presentera våra slutsatser.

Respondentgrupp A. Våra frågor till sångstudenter, sångpedagogstudenter och sångelever:

1. Hur upplever du att övningen Talguppet/Ropsucken påverkar din sång – i stunden?
2. Hur upplever du att övningen Talguppet/Ropsucken påverkar din sång – på sikt?

Respondenten svarar på frågan hur hon eller han upplever att övningen påverkar sången. Detta kan betyda olika saker för olika respondenter: sångtekniskt, mentalt, konstnärligt osv. Det är av stort värde för våra frågeställningar att höra vad respondenten associerar till, därför har vi ställt frågorna på just detta sätt. Vi vill inte låsa svaret vid en specifik riktning.

3. Hur uppfattade du övningen Talguppet/Ropsucken första gången du arbetade med den?
4. Uppfattar du övningen på ett annat sätt nu än när du började arbeta med den?

Somliga övningar kan vara lätta att förstå tekniskt men svåra att förstå syftet med, andra övningar kan ha ett klart syfte men tar lång tid att lära sig. Vi vill veta hur våra respondenter uppfattade övningen när de först började jobba med den, och om deras uppfattning förändrats sedan de blivit mer bekanta med den.

5. Vad tror du bearbetas genom övningen Talguppet/Ropsucken?

Eftersom vi själva upplever att övningen bearbetar många olika saker hos en sångare, vill vi veta om våra respondenter är av samma uppfattning eller om den uppfattas likadant hos alla respondenter. Frågan är kort ställd eftersom vi inte vill vinkla svaren, dessa kan komma att skilja sig åt ämnesvis beroende på vad respondenten associerar till.

6. Vilka resultat önskar du uppnå genom att jobba med övningen Talguppet/Ropsucken?
7. Tycker du att du uppnår dessa resultat?

Vi vill veta om alla respondenter önskar uppnå samma resultat eller om de jobbar med övningen för olika mål. Vi är också intresserade av att veta *om* respondenterna upplever att övningen ger resultat. Denna intervjufråga kan ge samma svar som fråga 5, men vi väljer att ha med båda frågorna eftersom det respondenten *tror bearbetas* genom övningen inte nödvändigtvis är samma sak som det *resultat hon eller han önskar uppnå*.

8. Vad tycker du om övningarna?

Detta är en öppen fråga som kan ge svar inom olika ämnesområden. Vi vill att respondenten ska tala fritt, få säga sin mening om övningarna.

9. Övar du på övningarna privat?

Vi vill veta om övningarna upplevs som så pass givande att de används privat.

Respondentgrupp B. Våra frågor till sångpedagoger:

Vad tror du är syftet med övningen Talguppet/Ropsucken?

Vi vill veta hur respondenten uppfattar och beskriver övningen. Vi tror att vi skulle få mycket snävare svar om vi först förklarade övningens syfte och sedan demonstrerade den. Istället visar vi vårt videoklipp där Marianne demonstrerar övningen och ber sedan respondenten förklara vad hon tror är syftet med övningen.

På vilka andra sätt skulle man kunna bearbeta samma saker i rösten som du tror bearbetas genom Talguppet/Ropsucken?

Vi vill veta hur respondenten själv jobbar med samma saker som hon nämner i sitt första svar. Vi tror att vi får en klarare förståelse för hennes uppfattning om övningen, om vi får veta hur hon själv väljer att undervisa.

Vilka för- och nackdelar tror du kan finnas med att arbeta med övningen Talguppet/Ropsucken?

Respondenten får svara på vilka för- och nackdelar hon personligen tror skulle kunna finnas med att arbeta med övningen.

3.2.3 Etiska ställningstaganden

Enligt etikprövningslagen är det ett krav att forskningspersonen skall informeras om:

- * Den övergripande planen för forskningen
- * Syftet med forskningen
- * De metoder som kommer att användas
- * De följder och risker som forskningen kan medföra
- * Vem som är forskningshuvudman
- * Att deltagande i forskningen är frivilligt
- * Att forskningspersonens har rätt att när som helst avbryta sin medverkan
(<http://www.codex.uu.se/oversikter/manniskor/samtycke.html>)

Vi började intervjuerna med att presentera oss själva samt berätta om vårt syfte med uppsatsen och hur informationen intervjuerna gav senare skulle användas. Vi förklarade varför vi valt att intervjua just de personer vi valt ut. Vi påminde också om att deras medverkan är frivillig och att de när som helst skulle kunna avbryta intervjun eller välja att inte svara på en fråga. Vi förklarade noga hur intervjun skulle gå till och informerade också om vår tystnadsplikt och att respondenten fick lov att vara helt anonym om så önskades.

Eftersom somliga av de intervjuade talade om specifika sångpedagoger och undervisningssätt i sina svar valde vi att i resultatpresentationen konsekvent använda oss av fingerade namn för att skydda respondenternas identitet.

4. RESULTAT

4.1 Presentation av respondenterna

Respondentgrupp A:

Sångstudenter

(S1) Student 1: Johanna. Går sin tredje termin på HSM, program ML. Har haft Marianne Khoso som sångpedagog i 1 år och jobbat med den Genrelösa tekniken/övningarna här. Hade inte hört talas om denna teknik tidigare. Inriktning: klassisk.

(S2) Student 2: Maria. Går sin tredje termin på HSM, program ML. Har haft Marianne Khoso som sångpedagog i 1,5 år och jobbat med den Genrelösa tekniken/övningarna här.

Hade inte hört talas om denna teknik tidigare. Inriktning: afroamerikansk.

(S3) Student 3: Pernilla. Går sin femte termin på HSM, program ML. Har haft Marianne Khoso som sångpedagog i 1,5 år och jobbat med den Genrelösa tekniken/övningarna här. Har innan dess haft en sångpedagog som jobbar utifrån Jo Estills teorier. Arbetar hos Marianne med den Genrelösa tekniken som utgångspunkt under varje lektion. Hade inte hört talas om denna teknik tidigare. Inriktning: afroamerikansk.

(S4) Student 4: Åsa. Går sin femte termin på HSM, program ML. Har haft Marianne Khoso som lärare i kursen "Sångteknik utan gränser" där hon fått kontakt med den Genrelösa tekniken och övningarna. Hade inte hört talas om den denna teknik tidigare. Inriktning: afroamerikansk.

Sångpedagogstuderande

(SPS 1) Sångpedagogstudent 1: Emelie. Går fjärde året på HSM, program ML. Har haft Marianne Khoso som sångpedagog i 1 år och jobbat med den Genrelösa tekniken/övningarna här. Hade inte hört talas om denna teknik tidigare. Inriktning: afroamerikansk.

(SPS 2) Sångpedagogstudent 2: Linda. Går fjärde året på HSM, program ML Aa. Har haft Marianne Khoso som lärare i kursen "Sångteknik utan gränser" där hon blivit presenterad den Genrelösa tekniken och övningarna. Har haft olika sångpedagoger som jobbar utifrån bl a Jo Estills och Catrine Sadolins teorier. Inriktning: afroamerikansk.

(SPS 3) Sångpedagogstudent 3: Johan. Går fjärde året på HSM, program ML Kk. Har haft Marianne som sångpedagog i sammanlagt 3 år (inom och utanför utbildningen) och jobbat med den Genrelösa tekniken/övningarna här. Har haft flera andra pedagoger som jobbar utifrån andra teorier. Hade inte hört talas om denna teknik tidigare. Inriktning: klassisk.

Sångelever

(SE 1) Sångelev 1: Per, Sannas sångelev. Har sjungit i ca två år. Går sångkurser och tar privatlektioner för Sanna, samt för en annan lärare. Eleven har arbetat med övningarna ett fåtal gånger.

(SE 2) Sångelev 2: Lena, Sannas sångelev. Har sjungit i ca ett år. Såg sig själv för ett år sen "inte kunna sjunga alls". Eleven har arbetat med övningarna ett fåtal gånger.

(SE 3) Sångelev 3: Annika, Sannas sångelev. Har sjungit i flera år. Sjunger mycket i kör och funderar på att söka in till en högre utbildning med inriktning sång. Eleven har arbetat med övningarna ett fåtal gånger.

Intervjugrupp B:

Sångpedagoger

(P1) Sångpedagog 1: My. Undervisar i afroamerikansk sång på en eftergymnasial utbildning. Utgår främst ifrån Jo Estills teorier.

(P2) Sångpedagog 2: Lotta. Undervisar i afroamerikansk sång på en universitetsutbildning i sång. Utgår främst ifrån Jo Estills teorier.

(P3) Sångpedagog 3: Susanne. Undervisar i klassisk sång. Utgår främst ifrån Catrine Sadolines teorier.

4.2 Sammanställning av data

4.2.1 Sammanställda intervjusvar, intervjugrupp A

SÅNGSTUDENTER, SÅNGPEDAGOGSTUDENTER OCH SÅNGELEVER OM ÖVNINGEN TALGUPPET:

”Hur upplever du att övningen Talguppet påverkar din sång?”

Tre av tio respondenter svarar att övningen får dem att slappna av, både röstmässigt och mentalt, att den verkar frigörande. ”*En avslappnande övning som gör att jag tappar fokus på prestationen och istället finner att jag blir ett med musiken. På något sätt plockar detta fram glädjen i mig och musiken... Är rolig och jag slappnar av.*” (Per - sångelev)
Tre respondenter svarar att övningen hjälper till med stödet samt ger en tydligare botten. ”*Jag får kontakt med min kropp och med mitt stöd.*” (Johan - sångpedagogstuderande)
Två respondenter menar att övningen ger energi och klang. Övriga två menar att de inte förstår övningen och att den är svår att hitta. ”*Den är svår och jag låser mig.*” (Per - sångelev)

”Hur upplever du att övningen Talguppet påverkar din sång på sikt?”

Majoriteten av respondenterna svarar att övningen på sikt hjälper till att förankra en botten i sången, en stadga. En respondent talar om övningen på sikt som en bra uppvärmningsövning.
En respondent talar om övningen på sikt som en bra övning för att lägga bort personliga manér.
”*Jag har känt det som om jag befunnit mig i en särskild röstbox – med hjälp av Talguppet har jag fått en ny ingång vilket varit positivt.*” (Johanna - sångstudent)

”Hur uppfattade du övningen Talguppet första gången du arbetade med den?”

Majoriteten av respondenterna svarar att de tyckte att övningen var svår att förstå meddetsamma och svår att hitta i början. Flera nämner att de inte förstod syftet med övningen. *”Jag tyckte det var skitsvårt. Jag var rädd för att göra fel. Det tog ett tag innan jag fattade meningen med övningen.”* (Johanna - sångstudent) Två respondenter tyckte att övningen kändes bekväm direkt då de förknippade den med sin talröst.

”Uppfattar du övningen på ett annat sätt nu, än när du började med den?”

Av de respondenter som tyckte att övningen var svår att förstå och arbeta med i början tycker samtliga att de får en större förståelse för syftet med övningen för varje gång, och kan då tillämpa den bättre. *”Efterhand förstår man kopplingarna från talet till sången”* (Johan - sångpedagogstudent) En respondent ställer sig dock kritisk till sin upplevelse av hur väl övningen fungerar då hon tycker att det är svårt skilja undervisningssätt från metodik: *”Marianne låter så klassisk att det är svårt att i övningarna veta vad som är härmning och inte.”* (Linda - sångpedagogstudent)

”Vad i din sång tror du bearbetas genom övningen Talguppet?”

Sju av tio respondenter svarar att de tror att de bearbetar sitt stöd genom övningen. Tre respondenter menar att de genom övningen arbetar med sina förutsättningar för ett bättre uttryck. *”Kroppskontakten. Och berättandet! Att hitta kontakten med mina impulser.”* (Johan – sångpedagogstudent)

”Vilka resultat önskar du uppnå genom att arbeta med övningen Talguppet?”

Majoriteten av respondenterna svarar att de önskar få en mer levande ton och en röst som låter mer naturlig. *”Jag vill att det ska låta mer levande när jag sjunger.”* (Pernilla - sångstudent) *”Jag vill att sången ska låta naturlig.”* (Åsa – sångstudent) Två av respondenterna talar också om att de önskar få en starkare röst över hela registret. *”Jag vill få en starkare röst över hela spannet”* (Johanna - sångstudent)

”Tycker du att du uppnår dessa resultat?”

På frågan om respondenterna uppnår de resultat de önskar, skiljer sig svaren åt en hel del. Fyra respondenter svarar att de uppnår sina resultat väl och en respondent anser att hon uppnår sina resultat ibland, ibland inte, hon menar att då hon inte tänker på vad hon gör blir det lätt fel. En annan respondent menar att hon uppnår sina resultat men påpekar vikten av övning. *”Ja, jag uppnår mina resultat, men måste hela tiden hålla det vid liv, hela tiden aktivera övningen även i vanligt tal.”* (Åsa - sångstudent) Fyra av respondenterna har svårt att utvärdera sitt arbete.

SÅNGSTUDENTER, SÅNGPEDAGOGSTUDENTER OCH SÅNGELEVER OM ÖVNINGEN ROPSUCKEN:

”Hur upplever du att övningen Ropsucken påverkar din sång?”

Fyra av tio respondenter upplever att övningen har en avslappnande effekt, att man genom att ”kasta iväg” rösten frigör rösten.. *”Det är förlösande. Jag låter rösten vara och sköta sig själv.” (Lena - sångelev)* Tre respondenter upplever att övningen hjälper dem att hitta en ”ny ingång”, för att sedan lättare hitta in i olika röstkvaliteter. Två respondenter svarar att övningen hjälper till att öppna upp på höjden och att hitta talet i ett högre lägre. En respondent menar att hon inte förstår övningen.

”Hur upplever du att övningen Ropsucken påverkar din sång på sikt?”

Majoriteten av respondenterna menar att övningen på sikt ger rösten elasticitet, kraft och klang i både ett högt och lågt läge. Tre respondenter nämner att den ”nya ingång” de upplever som positiv med övningen, hjälper också i ett längre perspektiv. *”På sikt hjälper den (övningen) mig att bryta mig ur gamla vanor. Jag har haft stora duktighetskomplex som har begränsat mig till en särskild röstbox. Med hjälp av Ropsucken kan jag hitta rösten på ett nytt sätt.” (Johanna - sångstudent)*

”Hur uppfattade du övningen Ropsucken första gången du arbetade med den?”

Fem, alltså precis hälften, av respondenterna svarar att de tyckte att denna övning var lättare att förstå och lättare att arbeta med än Talguppet. *”Ropet var lättare att till sig. Den kändes mer naturlig.” (Emelie - sångpedagogstudent)* De andra fem tyckte däremot att den var svårare att förstå och svårare att arbeta med än Talguppet. *”Det var skitläskigt! Det kändes som om jag skulle slita sönder något. Jag vågade inte släppa taget.” (Maria - sångstudent)* *”Jag tyckte att det var svårt att våga få det där flödet, jag kände mig lite löjlig.” (Pernilla - sångstudent)*

”Uppfattar du övningen på ett annat sätt nu, än när du började med den?”

Flera av de respondenter som tyckte att övningen var svår att arbeta med i början talar om att ”göra övningen till sin”. Att genom detta få en större medvetenhet om vad den handlar om, hur viktig det är att bli medveten om syftet med övningen. *”... att inte vara stå och ropa för sakens skull.” (Pernilla - sångstudent)*

”Vad i din sång tror du bearbetas genom övningen Ropsucken?”

Fyra respondenter svarar att de tror att de genom övningen Ropsucken främst jobbar med

att ”slipa bort skarven”. ” Jag lär mig öppna upp mera och är inte lika rädd för skarvar.”
(Maria - sångstudent)

Tre respondenter anser att de genom övningen bearbetar sin förmåga att släppa hämningar och bli av med spänningar. Två respondenter talar om ett ökat flöde och en mjukare röst. Flera nämner också ett ökat register på höjden.

”Vilka resultat önskar du uppnå genom att arbeta med övningen Ropsucken?”

Majoriteten av respondenterna svarar att de vill arbeta med sitt mellanregister och jobba med att komprimera rösten. ”Jag vill få bort falsetten och hitta en kärna.” (Åsa - sångstudent) ” Jag vill utvidga mitt register. (Johan - sångåpedagogstudent) En respondent nämner att hon vill göra sången mer energifylld. En annan respondent vill träna sin talröst.

”Tycker du att du uppnår dessa resultat?”

På frågan om respondenterna anser att de uppnår sina önskade resultat svarar samtliga ja. En respondent menar att det är lättare att se om man gör rätt eller fel i arbetet med Ropsucken än med Talguppet. Flera respondenter anser att Ropsucken är lättare att utvärdera än Talguppet.

SÅNGSTUDENTER, SÅNGPEDAGOGSTUDENTER OCH SÅNGELEVER OM BÅDA ÖVNINGARNA:

”Vad tycker du om övningarna Talguppet/Ropsucken?”

Tre respondenter menar att det är skönt att få ”sätta ord” på övningarna, göra dem till två specifika begrepp. De blir då enklare att minnas. ”När övningarna får ett namn blir de lättare att jobba med.” (Åsa - sångstudent) Tre respondenter upplever att övningarna främjar ett ”prestigelöst sätt” att sjunga och öva på. ”Bra med talguppet är att övningen får mig att hitta musiken och släppa prestationen, och släppa tanken på en medveten teknik. Bra med ropsucken är att övningen tvingar mig att kasta loss...” (Per - sångelev) En respondent svarar att hon med hjälp av övningarna får en större medvetenhet om vad hon gör med rösten och hur hon ska jobba när hon är ensam. En annan respondent svarar: ” I kombination med andra övningar är dessa väldigt bra. Dessa övningar ger mig en större medvetenhet om vad jag gör. Jag kan utgå från dessa och utveckla dem på eget sätt när jag övar, liksom lattja.” (Johanna - sångstudent) En respondent svarar att de ”fyller sin funktion”. En respondent är skeptisk till hela begreppet Genrelös teknik i vilken övningarna vuxit fram, för henne känns detta mer som en slags genre i sig och inte något avskalat. ”Jag tror att hon menar något som är väldigt naturligt (...) men för mig är den Genrelösa sången en klang. Jag känner att jag har liksom två ”huvudröster” (eller ”grundröster”, författarens anm.) en ljusare och en mörkare (ungefär det som förut kallats huvudklang och bröstöst men jag vill inte definiera dem så). Den ena är alltid

dominant när jag sjunger och jag vet vilken jag är i och vilken jag använder, sedan mixar jag in den andra. Personligen utgår jag mycket från talrösten och vill hitta en klang som nerifrån och upp även om jag känner att jag har "två röster". Men det är inte unikt för Marianne att "krocka med mig", få av mina gamla sångpedagoger har förstått vad jag vill." (Linda - sångpedagogstudent)

"Övar du på övningarna Talguppet/Ropsucken privat?"

Fyra respondenter svarar ja. Två respondenter svarar ja, och förklarar att de övar på övningarna för att detta gör dem mindre hesa i sin övriga sång. En respondent svarar: "*Ja, men oftast när jag automatiskt integrerar dem i min sång.*" (Johanna - sångstudent) En annan respondent svarar att hon använder dem i sin egen sångundervisning men övar oftare "afro-sång" privat. Två respondenter menar att de ofta använder sig av övningarna när de lär in en ny sång för att sedan hitta en genrekänsla. "*Det är bra att jobba med en låt med den Genrelösa tekniken först, och inte lägga på en schablon först typ Billie Holiday eller Monica Zetterlund. Jag övar med min genrelösa röst först och då är det lättare att hitta ett eget uttryck.*" (Pernilla - sångstudent)

SAMMANFATTNING

Respondenterna ger oss många olika svar på hur de uppfattar övningarna, både sångtekniskt, mentalt och konstnärligt. Många anser att övningarna hjälper till att "hitta stödet" i sången (Talguppet) och att hitta klang i mellanregistret (Ropucken). Flera respondenter menar att övningarna känns frigörande och minskar prestationsångest vid övning. Flera respondenter beskriver att de uppfattade övningarna på ett annorlunda sätt efter att de jobbat med dom ett tag, att det var svårt att förstå syftet med övningarna i början. Vilken av övningarna som var svårast/enklast att förstå och arbeta med i början skiljer sig dock åt mellan respondenterna då precis hälften anser Talguppet varit svårast och hälften anser Ropsucken varit svårast. Vilka resultat man önskar uppnå genom att arbeta med övningarna skiljer sig åt mellan respondenterna, men många talar om "en levande ton" (Talguppet) och "att komprimera rösten" (Ropucken). Majoriteten av respondenterna upplever att övningarna ger en större "medvetenhet om övning" då de har fått namn/blivit två begrepp. Flera respondenter nämner också att de gärna tar hjälp av övningarna och den Genrelösa tekniken i instuderingen av en sång för att sedan hitta ett eget uttryck.

4.2.2 Kategorisering

Vi vill ta reda på hur övningarna Talguppet och Ropsucken uppfattas av sångare och hur de påverkar sången. När vi renskrivit alla intervjuer i respondentgrupp A såg vi en antydning till likheter och skillnader i respondenternas svar som vi valde att dela in i olika kategorier för att kunna analysera dessa på ett bättre sätt. Vi skrev en och en upp alla

intervjusvar i form av stödord på små papperslappar som vi klippte ut och placerade i högar efter vad vi ansåg passade ihop kategoriskt. Vi jämförde sedan våra två resultat och fann att 8 av de 10 kategorier vi kommit fram till stämde överens. När vi sedan började fördjupa oss i de olika ämnena insåg vi att flera av dessa ofta ”gick hand i hand” och var enklare att diskutera och analysera tillsammans. Vi valde därför att slå ihop ett några ämnesområden vilket resulterade i 5 större kategorier. Dessa kategorier är de vi valt att analysera i vår studie. Övrig information kommer vi att presentera kort.

4.2.3 Ämneskategorier

De ämneskategorier våra insamlade intervjusvar resulterat i är följande (samt några av citaten):

Avspänning/kontakt med kropp

”Jag använder det för att ”kolla av” om jag är avslappnad och dynamisk i tonen – så att jag inte är fixerad i någon röstinställning. (Pernilla S4 om Talguppet)

”En avslappnande övning som gör att jag tappar fokus på prestationen och istället finner att jag blir ett med musiken. På något sätt plockar detta fram glädjen i mig och musiken.... Är rolig och jag slappnar av” (Per SE 1 om Talguppet)

”Den avslappnade sången” (Per SE 1 om Talguppet)

”En avslappnad ingång till det man ska sjunga. (Pernilla S3 om Ropsucken)

”Jag blir av med spänningar.” (Lena SE 2 om Ropsucken)

Grundröst utan genreschabloner

”Har känt det som om jag befunnit mig i en särskild röstbox – med hjälp av Talguppet har jag fått en ny ingång vilket varit positivt.” (Johanna S1 om Talguppet)

”... lättare att hitta ”min egen röst” alltså lägga bort manér.” (Maria S2 om Talguppet)

” Jag sjunger utan att använda någon medveten teknik.” (Per SE 1 om Talguppet)

” Att utifrån detta lägga på det sound man vill ha.” (Pernilla S4 om Ropsucken)

”En bra ingång att använda i ex blues, i andra genre än det klassiska. En annan ingång. Jag lär mig bryta mig ur gamla vanor.(...)” Jag har haft stora ”duktighetskomplex” som har begränsat mig till en särskild röstbox. Med hjälp av Ropsucken kan jag hitta rösten på ett nytt annat sätt.” (Johanna S1 om Ropsucken)

” Om man känner att man ”fötts in i en genre” är det bra för att fånga det ”naturliga”.
(Åsa S4 om Ropsucken)

” Bra som en ingång när man ska lära sig en sång. För att försöka hitta en genrekänsla
talsjunger jag först för att sedan komma in i stilkänsla.” (Emelie SPS 1 om Ropsucken)

” Jag vill att sången ska låta naturlig.” (Åsa S4 om båda övningarna)

” Det är bra att jobba med en låt med den Genrelösa tekniken först, och inte lägga på en
schablon först typ Billie Holiday eller Monica Zetterlund. Jag övar med min genrelösa
röst först och då är det lättare att hitta ett eget uttryck.” (Maria S2 om båda övningarna)

Medvetenhet om övning

” Förut har tendenserna varit att värma upp kropp/sång separat. ”Gymnastikövningar”
och sedan rösten, jag har inte riktigt kopplat ihop dessa två.” (Johan SPS 3 om Talguppet)

” Dessa övningar ger mig en större medvetenhet om vad jag gör. Jag kan utgå från dessa
och utveckla dem på eget sätt när jag övar, liksom lattja.” (Johanna S1 om båda
övningarna)

” Jag tycker att de är jättebra att sätta ord på övningarna. Få ett begrepp.” (Maria S2 om
båda övningarna)

”... jag tycker att dessa övningar ger mig ett mer avslappnat sätt att förhålla mig till min
övning.” (Pernilla S3 om båda övningarna)

” När övningarna får ett namn blir de lättare att jobba med.” (Åsa S4 om båda
övningarna)

Släppa kontrollen - närvaro – uttryck

”Det får mig att slappna av, förut försökte jag kontrollera mig själv så mycket.” (Johanna
S1 om TG)

”Man försöker inte kontrollera tonen.” (Annika SE 3 om Talguppet)

” Jag tappar fokus på prestationen och istället finner att jag blir ett med musiken. På
något sätt plockar detta fram glädjen i mig och musiken...är roligt och jag slappnar av”
(Per SE 1 om Talguppet)

”Detta med att kasta iväg rösten är bra för mig. Jag behöver slappna av och mer
prestigelöst nyttja min röst, det låser sig så lätt för mig - då jag har svårt att släppa
kontrollen. Jag vill så gärna prestera väl/bra, men det hindrar min utveckling. Denna

övning i kombination med pedagogen tvingar mig att släppa kontrollen. Jag vill så gärna, men detta är svårt och väldigt nyttigt. " (Per SE 1 om Ropsucken)

"Det är förlösande. Jag låter rösten vara och sköta sig själv." (Lena SE 2 om Ropsucken)

"De är så intuitiva, detta är väldigt positivt. Så fort en sångare "tänker på sång" blir det svårare. Spontaniteten är viktig! Övningarna främjar närvaro och impulser i stunden – detta blir en nyckel till att kunna berätta något." (Johan SPS 3 om båda övningarna)

"Jag kommer närmre mitt eget uttryck." (Maria S2 om Talguppet)

"... för att sången ska bli mer energifylld." (Pernilla S3 om Ropsucken)

" Kroppskontakten. Och berättandet! Att hitta kontakten med mina impulser." (Johan SPS 3 om Talguppet)

Teknik/Talröst

"En mer levande klang." (Pernilla S3 om Talguppet)

" De ger mer energi i kroppen. Sången blir mer komprimerad." (Åsa S4 om Talguppet)

" Jag får kontakt med min kropp och med mitt stöd." (Johan SPS 3 om Talguppet)

" Det sliter mindre, istället för att pressa. Rösten håller längre." (Maria S2 om Ropsucken)

" Flödet. Rösten blir mer stabil om man har detta att utgå ifrån." (Pernilla S3 om Ropsucken)

" Det frigör rösten, den blir mer smidig." (Emelie SPS 1 om Ropsucken)

" Att hitta mina klangrum, och hitta mitt register på höjden." (Johan SPS 3 om Ropsucken)

"... suddar ut gränserna mellan tal och sång." (Maria S2 om Talguppet)

" För att göra talet mer medvetet." (Åsa S4 om Ropsucken)

" Jag vill träna min talröst. Få en mjukare röst." (Emelie SPS 1 om Ropsucken)

4.2.4 Sammanställda intervjusvar, intervjugrupp B

SÅNGPEDAGOGER OM ÖVNINGEN TALGUPPET:

På frågan *"Vad tror du är syftet med övningen Talguppet?"* svarar **My** att hon tror att övningen går ut på att få en mjukare talröst och att öka elasticiteten.

Lotta tror att syftet är att hitta botten utan att tappa kontakt med höjden.

Susanne tror att det är en egaliserande övning – en "utklippt" känsla av en stödfunktion.

Vi ber pedagogerna förklara *hur de själva väljer att jobba* med just dessa saker:

My menar att en färdig paketlösning inte finns – att olika elever behöver olika nycklar.

"Man måste hitta ord och bilder som just de kan associera till. Det är svårt att jobba med talröst utan att bli spänd, detta tar ett tag att arbeta med, inte bara en lektion. Speciellt tjejer måste ofta jobba med att bli avspänd och vidga. Spelar ingen roll vilka toner eller vilken låt. Man skulle kunna jobba med en lite skala, en liten melodi. Jag arbetar mycket med det frigörande genom härmning t ex "Oj oj oj, äj äj äj, aj aj aj". Man kan jobba med glottisansatser på t ex "Oj, aj" osv. hitta talrösten i ett avspänt läge. Börja tala med mer och mer "sång" – i de tjocka stämbanden.

Lotta arbetar mycket med kontakten mellan botten och höjden genom glissando-övningar, bla oktavövningar.

Susanne svarar att hon ofta jobbar med stödet genom att låta eleven "...låta som en bil som har svårt att starta. Att ljuda på J eller Z. Om man sitter ner blir det ännu bättre. Det ska kännas ända ner i skrevet."

Fördelar och nackdelar med övningen Talguppet?

My tror att övningen Talguppet kan vara en bra uppvärmningsövning då den främjar mjukhet och elasticitet.

Lotta tror att det är en mycket bra övning! "Men man bör göra om övningen om eleven inte svarar. Man kan bli tvungen att modifiera den utifrån elev. Man kanske måste få in övningen i en sång, vissa har svårt för "övning", eleven kanske känner "Jag vill sjunga!" - då kan det vara bra att få "gunga iväg" i en sång."

Susanne tror att det är en fördelaktig övning då man jobbar med en tydlig diafragma-förankring.

SÅNGPEDAGOGER OM ÖVNINGEN ROPSUCKEN:

På frågan *"Vad tror du är syftet med övningen Ropsucken?"* svarar **My** att hon tror att man med övningen möjligen eftersträvar någon slags klassisk klang och att övningen verkar frigörande och främjar öppenhet.

Även **Lotta** tror att övningen går ut på att känna sig fri, och hon tycker att det verkar vara en bra grundövning för att hitta en frihet i rösten. Och för att få "lösa" käkar. Hon anser

dock att man skulle kunna göra samma sak fast med en annan klang, för att inte bli hämmad.

Susanne tror att övningen är ett sätt att få eleven att glömma gamla föreställningar, att avdramatisera egalisering och få eleven att känna på hur randregistret fungerar.

Vi ber pedagogerna förklara *hur de själva väljer att jobba* med just dessa saker:

My menar att man måste hitta de tre stämbandsmassorna – de tunna, de tjocka, de styva – och lära känna hur de olika lägena känns. ”Och jobba med att hitta falsetten, uppifrån och ner, hitta skarven och talrösten upp till falsetten. Hitta de tunna stämbanden.

Sköldbrosket vippas framåt. Man bör tänka mycket gråtkänsla t ex genom ”Ii... Aaa...”

Man bör börja där det är lätt att öva. Och känna hur det känns i de olika röstkvaliteterna för att kunna skilja dem åt. Detta utgör grunden.”

Lotta berättar att hon brukar jobba med samma saker t ex genom Estills ”ng”-övningar, att jobba med gny-ljud - en övning kallad ”Sirenen”.

Susanne svarar att hon jobbar med att få kroppen att ljuda i ett randregister. Att jobba med att få med stödet genom att te x samtidigt hålla handen mot bröstet och känna hur det känns.

Fördelar och nackdelar med övningen Ropsucken?

My tror att nackdelen med övningen Ropsucken skulle kunna vara att man lätt hamnar i falsettklang. För att hitta de tunna stämbanden på höjden krävs det mycket arbete i kroppen. Med en elev med lågt struphuvud är det lätt att klangen blir falsett. ”Fördelar med övningen... jag tror att den skulle kunna vara bra att komma igång med för en människa som inte sjungit så mycket, att bara ”få låta”. Få känna sig fri. Den är nog bra för att hitta en frigörande känsla, att inte alltid behöva analysera allting och inte känna sig hämmad.”

Lotta tror att det kan vara svårt att i övningen veta ”var man är i mitten”. Därför tror hon att det är viktigt att man håller den som en ytterlighetsövning. Hon anser också att: ”Nackdelen med en sångövning (vilken som helst) kan vara om den kräver att man förklarar mycket – det är alltid en nackdel att prata för mycket!”

Susanne tror att fördelen är att det inte finns någon genremedvetenhet i själva övningen. Inga läsningar som kan finnas när man övar på ett annat sätt ”...det låter fult, jag vill inte låta si eller så...” Hon tror dock att elevernas genreinriktning kan påverka deras förmåga att ta till sig övningen ”Det kan vara svårt för afro-elever att jobba med Ropsucken eftersom övningens klang inte är det elever associerar till metalliska tekniker utan mer åt ett klassiskt håll.” Hon tror också att nackdelen med övningen kan vara att den främjar egalisering: ”...om eleven vill låta annorlunda kanske det inte är rätt väg att gå. Enligt Sadoline är denna klang samma sak som det hon kallar ”neutral”. Om eleven vill låta som t ex Björk kanske hon eller han strävar åt motsatt håll (det som Sadoline kallar ”Voice Split.”)

SAMMANFATTNING

Lotta och Susanne uppfattar båda övningen **Talguppet** som en slags stödövning. Lotta nämner också att hon tror att den främjar elasticitet mellan register, det gör även My som också talar om att ett syfte med övningen ”kan vara att få en mjukare talröst”. My jobbar själv mycket med talrösten genom härmning och glottisansatser, hon menar att det är en lång process att hitta en avspänd talröst som kräver mer arbete än bara en specifik övning. Lotta jobbar gärna med glissandoövningar för få bättre kontakt mellan det höga och det låga registret. Susanne talar om stödövningar som ger tydlig kontakt med kroppen.

My tror att övningen är bra i uppvärmingsyfte för att den främjar elasticitet. Lotta tror att det är en ”mycket bra övning” men att vissa elever kanske skulle kunna ha svårt för den eftersom de inte får sjunga utan bara ”gunga på tonerna”. Susanne tror att övningen är fördelaktig då den jobbar med en tydlig diafragmaförankring.

Alla tre sångpedagogerna uppfattar övningen **Ropsucken** som en slags frigörande övning som främjar öppenhet.

My tror dock att det är lätt att i övningen hamna i falsett och menar att hon själv valt att jobba med de tre stämbandsmassorna och lära eleven skilja på dessa först. Lotta berättar att hon jobbar för samma syfte, öppenhet, med ”ng”-övningar baserade på Jo Estills teorier t ex övningen ”Sirenen”. Susanne förklarar att hon jobbar mycket med att låta kroppen ljuda i ett randregister. My tror att en fördel med övningen är att den genom sin enkelhet att bara ”få låta” kan vara nyttig för nybörjare som inte är vana att sjunga och behöver släppa hämningar. Lotta tror att det är viktigt att man håller övningen som en ytterlighetsövning och att en fara med övningen kan vara att den möjligen kräver att man förklarar för mycket. Susanne tror att fördelen med övningen är att den är fri från genremedvetenhet och därför kan minska låsningar som finns när sångare är vana att låta på ett visst sätt. Man låter plötsligt på ett nytt sätt. Samtidigt tror hon att den kan vara svår att ta till sig för te x starkt afroinriktade elever eftersom ”...övningens klang inte är det elever associerar till metalliska tekniker utan mer åt ett klassiskt håll.” (Susanne – sångpedagog)

5. DISKUSSION

Det har varit väldigt intressant att genom intervjuerna inse hur många olika åsikter det finns inom sång. Alla verkar ha sin egen bild av vad sång är just för dem. De som säger sig har förstått syftet med övningarna har också gjort dem till *sina egna* och de använder övningarna på det sätt som utvecklar deras sång som bäst. Som vi skrev i inledningen tyckte vi båda att det är fascinerande att vi som är så pass olika sångelever, med olika erfarenheter och mål, kunde utvecklas så pass mycket tack vare dessa två sångövningar. Det var därför väldigt roligt att se att majoriteten bekräftade våra känslor om att övningarna är *mer* än bara sångövningar genom att de gav så pass många svar att vi kunde kategorisera dem under fem kategorier: Avspänning/kontakt med kropp, Grundröst utan genreschabloner, Medvetenhet om övning, Släppa kontrollen - närvaro – uttryck och Teknik/Talröst.

Avspänning/kontakt med kropp

Det var intressant att så pass många svarade att övningarna påverkar deras sång genom att de får kontakt med kroppen och att de upplever att övningarna gjorde dem avslappnade. Vi tycker att sång och kropp hör ihop ungefär på samma sätt som kropp och själ och därför är det viktigt att inse hur mycket kroppen kan påverka sången. Vi vill med nedanstående citat visa att sång- och talpedagogen Anne-Monica Larsson och sångpedagogen Nanna-Kristin Arder bekräftar våra resultat.

Struphuvud och stämband arbetar bäst under avspänning och andningen fungerar bäst i en avspänd kropp. Därför är det viktigt för talaren att ha en bra andning med avspända halsmuskler och axlar och ett avspänt arbete i buk- och flankmuskler. (Larsson, 1998.)

Kroppshållning, kroppsanvändning och andning står nära våra känslor. När vi blir uppmanade att göra vissa avspänningsövningar som att till exempel ”släppa käken” eller ”slappna av i magen kan känslomässiga reaktioner uppstå. Vi kan lätt börja gråta när vi öppnar hals-bröstområdet och aggression och ångest kan också dyka upp som känsloreaktioner i förbindelse med avspänning. (Arder, 2001)

Vi har även funnit ett examensarbete, *Rösten som redskap i ett hälsobefrämjande syfte*, av Helene Ohlsson och Lotte Segerdahl som bräftar våra resultat. Helene Ohlsson och Lotte Segerdahl skrev examensarbetet som två sjukgymnaststudenter om rösten som rehabiliteringsmedel för patienter inom sjukgymnastiken. De menar att sjukgymnaster som låter sina patienter använda rösten, genom att låta dem ljuda på de ljud som kommer ut, (liknande Talguppet och Ropsucken) kan få patienter att ”uppnå frihet i andningen och minska muskulära spänningar” samt uppleva sig mer ”närvarande och ta plats i sig själv”. De menar också att de ljudande röstövningarna, ger patienten en ”förstärkning av kroppsjaget” och hjälper patienten att ”komma i kontakt med sitt centrum”.

Med dessa referenser vill vi säga att Talguppet och Ropsucken upplevs avslappnade, som i sin tur påverkar sången positivt eftersom det gör kroppen fri från spänningar. Vi vill också nämna att övningarna Talguppet och Ropsucken kan t.o.m. uppfattas som rehabiliteringsövningar för ett ökat välmående, hitta kärnan i sin kropp och att uppleva sig mer närvarande.

Grundröst utan genreschabloner

Många av våra respondenter beskriver att de upplever ”en ny ingång” till sin röst med hjälp av övningarna. Flera av respondenterna beskriver att de kan känna sig låsta i sina gamla föreställningar om hur de tycker att deras egen röst ”bör låta” och att de genom övningarna lättare lägger bort manér. Flera nämner också att övningarna känns som att sjunga *utan någon medveten teknik* – genom vilket vi kan göra antagandet att de tycker att övningarna inte innebär någon speciell teknik, utan står för sig själva. Marianne talar om en ”grundröst” som enligt henne är vår egen ”naturliga” röst, och den Genrelösa

tekniken strävar mot att hitta just denna röst för att sedan kunna jobba utifrån den mot andra sound/ andra så kallade ”röstboxar”. Våra tre intervjuade sångpedagoger håller dock inte alls med om att det skulle finnas något som kan kallas en ”naturlig röst” eller en egen ”grundröst”. De menar alla tre att den röst man har bäst förklaras som *anatomi* tillsammans med *erfarenheter* av vad man lyssnat på, vilka förebilder man har och har haft osv.

Vi tror att man ”väljer en röst”, hur man vill låta. Om man har väldigt starka förebilder som man präglats av är det inte konstigt om den röst man har och det sätt man sjunger på liknar dessa. Vi tror inte att detta nödvändigtvis behöver vara fel. Men vi tror också att man kan tappa bort sig själv i sin strävan efter ett ideal, och vi tror att det är när man känner att man upplever att man begränsas av sina krav på sig själv - i sitt konstnärliga uttryck eller i sin lust att sjunga eller i stunden på lektionen – som en analys av de egna personliga valen kan vara på sin plats. Och vi tror att man då kan ha stor nytta av den Genrelösa tekniken för att hitta tillbaka till sin röst och sina mål med sången. Detta bekräftas av de svar vi fått i intervjuerna

Medvetenhet om övning

Vi fascinerats över hur en så otroligt enkel sak som ”namnen” på övningarna nämns bland så många av våra respondenter. Flera av respondenter förklarar hur otroligt viktigt det är att få ett namn på en övning för att minnas den. Några nämner att de bearbetat liknande saker i rösten förut men aldrig haft namn på begreppen. Vi tror att detta är den främsta anledningen att många respondenter också talar om att övningarna ger dem en större medvetenhet när om vad de egentligen gör när de övar. Vikten av medvetenhet om sin egen övning talar även My om. För sångaren kräver övandet mycket självdisciplin. Vi tror att många sångare gärna vill öva mer, men har svårt att motivera sig eftersom alternativen verkar vara att göra gymnastiska övningar för att värma upp kroppen eller att sjunga skalor uppåt och neråt. Vi tror också att många har en onödigt komplicerad bild av övande, som om det måste innebära vissa speciella moment varje gång eller avsättas lång tid för. Man bör inte öva längre stund än 20 minuter åt gången då detta anses vara den optimala tiden för intensiv koncentration (Kayes, 2000). Fördelar med dessa övningar är att de är så enkla och kan användas precis innan en sång för att hitta en bekväm röstinställning, och/eller användas under övning av en sång (mellan två verser t ex) för att t ex hitta en speciell klangfärg. Övningarna bygger på sina namn: Talguppet är ett lätt gupp med rösten, och Ropsucken är ett rop som glider fram på luften, smidigt som en suck. Dessa tre faktorer – att de inte tar lång tid att göra, att de kan användas för många olika syften och att de är lätta att komma ihåg pga sina *namn* – tror vi är anledningarna till att många tycker att övningarna gör sångträningen mer medveten.

Släppa kontrollen - närvaro – uttryck

Respondenterna talar om hur sättet att ”ropa” igång rösten gör att de släpper fokus på

prestationen. Många menar att det finns en förlösande känsla i att ”kasta iväg” rösten utan att pricka speciella toner. Vi tror att den förlösande känsla respondenterna talar om kommer av att slippa särskilda skalor och noter. Vi tror att dessa övningar där man inte behöver hålla sig till specifika toner, minskar kraven på ett perfekt resultat och vi tror att detta är en förutsättning för att kunna vara närvarande och lära. Gallwey (2008) skriver i sin bok *The inner game of tennis* hur man kan med enkla knep prestera bättre i pressade situationer. Han menar att ”lära sig något” är mycket mer naturligt för oss människor än vad vi tror, och att lärandet kan ske mycket mer effektivt om vi vågar lita på att vår kropp tar lärdom utan att våra tankar behöver styra den. Det är just våra tankar som gör att vi presterar sämre. För att prestera bättre borde vi inte lära oss ”hur” vi ska göra saker och ting utan istället ”bara göra det”.

”Vi presterar bättre när vi släpper taget om våra tankar som ofta är självdömande, att vi tänker för mycket, försöker för mycket- alla sorter av överkontroll. Det bästa sättet att få tyst på tankarna är inte att tysta ner dem utan att fokusera dem på en plats. När vi fokuserar på vad som händer är vi närvarande, i nuet, och presterar som bäst.” (Gallwey, 2008)

Flera av våra respondenter talar om hur båda övningarna verkar frigörande och hjälper dem att mentalt släppa kontrollen över sin sång. Vad beror detta på? Enligt ett par av respondenterna är det befriande att arbeta med en sångövning ”utan ord”. Vi tror att detta har en tendens att minska prestationsångest eftersom rösten i en ordlös övning inte är lika starkt förknippad med ”att leverera en sång”. Övningen fokuserar på enbart ljudet och inte på en mening i en text, har man en text så fokuserar man lätt på denna. I en studie gjord på 60 sångare i Storbritannien undersökte man om förhållandet mellan melodi och text påverkar inläringen av en sång. I studien fann man att samtidig inläring av melodi och text gav ett mer effektivt resultat än att lära sig melodi och text separat. I studien tror man att detta beror på att sångare helt enkelt vant sina minnesfunktioner vid denna typ av inläring. (Ginsborg and Sloboda, 2007) Om en sångare finner det mest effektivt att lära sig en sång genom samtidig inläring av melodi och text, är det troligt att han eller hon använder denna metod varje gång. Skulle en ordlös övning då kunna vara ett sätt att släppa invanda tankemönster på, och med dessa invanda känslor av prestationsångest?

Teknik/Talröst

Som vi nämnde i stycket ”centrala begrepp” kan talet vara ett bra verktyg för att utveckla sången och att vi, Sanna och Lisa, upplever talet som en förenkling av sången. Ibland kan man som sångelev uppleva att det finns *för* många saker att tänka på när man sjunger och därför kan man, genom att införa talet, *nollställa* sångens både fysiska och psykiska inställningar för att sedan sjunga med en röst som är fri från krångligheter.

Sadolin menar att våra talröster kan kategoriseras in under hennes fyra funktioner och om man vill ändra sin talröst kan man ändra den till en av hennes andra funktioner. (Sadolin, 2006.)

Estill menar också att talrösten kan kategoriseras in under någon av hennes sex

funktioner. En av hennes funktioner kallas för *Speech* (tal på engelska) men eftersom det finns bestämda inställningar vad som innebär sjunga/tala i Sadolins och Estills funktioner upplever vi inte funktionerna som samma talröst som Marianne Khoso menar som talröst. (McDonald Klimek, Obert, Steinhauer, 2005.)

När jag, Sanna, bodde på Sicilien tyckte jag att det var fascinerande att höra hur annorlunda talröster italienare hade där i jämförelse med hur svenskar i allmänhet låter när vi talar. Italienarna på Sicilien upplevde jag prata åt det "hesa" hållet, lite som de pratar i Gudfadernfilmerna, en talteknik som jag tror att Catrine Sadolin skulle kategorisera som Curbing. De fick mig att inse att vi är vana vid ett visst sound och att man så lätt, frivilligt som ofrivilligt, härmar det sound som finns i vår omgivning.

Våra resultat visar att ett stort antal av våra respondenter ser en koppling mellan talrösten och sångrösten när de använder sig av Talguppet och Ropsucken och baserat på våra resultat och referenser anser vi därför att Marianne Khoso är ett bra exempel på en pedagog som använder sig av den fenomenologiska pedagogiken.

Fenomenologiska övningar

Vi tror att Marianne Khoso kan med sin entusiastiska och glada undervisning få vem som helst att ta till sig dessa övningar, förstå syftet av dem och att sedan göra dem till sina egna för att ännu lättare kunna använda sig av dem i sin sång. Vi tycker båda att det är fascinerande hur två enkla övningar kan väcka så pass många åsikter och kan bearbeta många olika och viktiga komponenter som vi får fram i våra kategoriseringar. Vi tror att Marianne Khosos klassiska sound kan vara till en nackdel för att få elever, som kommer från och strävar mot den afroamerikanska sångtraditionens sound, att förstå vad övningarna går ut på. Det är tyvärr väldigt lätt att härma en sångpedagogs sound när man som elev inte riktigt förstår syftet med en övning. Detta är också mycket troligt att sångelever med afroamerikansk sångvana har lättare att härma eftersom "call-and-respons" (härkning) är något som vanligt förekommer i undervisning för afrosång.

Vi tror att dessa övningar kan tillämpas på nybörjare och avancerade sångare, gamla som unga i hela världen, oavsett kultur och genrebakgrund, eftersom de inte är beroende på vad det är för slags sound som skall eftersträvas utan endast den *egna* rösten som kommer ur när man suckar ut ett ljud. (Därför spelar det ingen roll om man är från Sicilien eller Gotland!) Vi tror att dessa övningar kan appliceras på alla eftersom de utgår från den individuella eleven. Vi har även i våra resultat fått veta att övningarna upplevs olika och att flertalet av respondenterna finner övningarna givande och därför tror vi att övningarna skulle få många elever att utvecklas inom sin sång om de har en bra och förstående pedagog.

Vi tror också att övningarna är lättare att ta till sig när de presenteras med enkla förklaringar som alla kan förstå som t.ex att *sucka* och *guppa* eller när sångeleven kan utgå ifrån sitt egna tal. (Som vi redan har skrivit tyckte två respondenter att övningen kändes bekväm direkt då de förknippade den med sin talröst.) Vi finner båda att

övningarna är geniala i sin mångfald och borde spridas över hela världen genom att man förklarar dessa med enkla termer som finns naturliga för *alla* oavsett ursprung och erfarenhet som t.ex. talröst, suck och gupp. Det är också viktigt att dessa övningar sprids så att inte Marianne Khoso är den enda förespråkaren för dessa övningar eftersom de inte borde kategoriseras till ett visst sound eller undervisningssätt, de borde omvandlas till verktyg där syftet enkelt kan uppfattas och därför kunna göra övningen till sin egen.

5.1 Metodkritik

Ljudkvaliteten på det videoklipp vi visat upp vid intervjuerna – klippet där övningarna demonstreras - är av naturliga skäl inte helt perfekt då vi använde oss av videokameran på en mobiltelefon. För dem (sångpedagogerna) som inte kände till övningarna sedan tidigare kan detta möjligen ha medfört en något svårare bedömning av övningarna, och av förståelsen för dessa.

Eftersom vi personligen har så positiva upplevelser av övningarna har vi varit extra noggranna när vi formulerat frågorna – för att inte på något sätt vinkla intervjun. När vi genomfört intervjuerna har vi också varit särskilt noga med att inte ställa ledande följdfrågor. Tyvärr kan vi genom att ha större frågor därför också ha gått miste om en del intressant information. Vi funderade först på att använda oss av mer specifika frågor som t ex: ”1. Hur upplever du övningen sångtekniskt? 2. Hur upplever du att övningen påverkar din prestationsförmåga? osv.” Men vi insåg att detta skulle betraktas som ledande frågor och de skulle dessutom påverka respondenten att i tankarna söka efter positiva effekter av övningarna. Istället för att dela in intervjun i olika ämnesråden fick vi därför många olika typer av svar som vi sedan valde att kategorisera.

Vi funderar också på hur resultatet sett annorlunda ut om vi i vårt urval använt oss av respondenter som jobbat med övningarna med *olika* pedagoger. Eftersom dessa övningar framkommit ur den Genrelösa tekniken som Marianne Khoso är upphovsmakare till, finns det tyvärr inga andra sångpedagoger som arbetar med övningarna. Sannas tre elever är de enda i vår studie som inte blivit presenterade övningarna av Marianne Khoso själv. Hur stor roll spelar sångpedagogen för hur övningarna uppfattas?

5.2 Vidare forskning

I kombination med intervjuerna och diskussionerna efter intervjuerna tyckte vi båda att vi fick ganska tydliga uppfattningar om hur varje respondent upplever övningarna. Vi fick i diskussionerna veta mer information som t.ex. om respondenten sjunger mycket på fritiden, hur han/hon ser på den egna sången, om han/hon sympatiserar med någon viss sångmetodik, hur länge han/hon har sjungit, hur mycket erfarenhet han/hon har av att sjunga/undervisa i sång. Vi diskuterade det som vi fann relevant just då och diskussionerna blev ofta väldigt intressanta. På grund av dessa diskussioner i kombination med intervjuerna har vi nu börjat spekulera kring varför vissa tog till sig

dessa övningar och varför vissa stod skeptiska till dem. Detta är inget som vi i denna uppsats kan finna svar på men om vi ville fortsätta att forska skulle vi gärna vilja ha gått in på varför vissa tog till sig övningarna lättare än andra. Efter de samtal som vi hittills har haft med respondenterna har vi nu kommit fram till tre spekulationer.

Vi tror att:

1. de som har mer erfarenhet av övningarna har lättare att ta till sig dem

Våra intervjuresultat visar att Talguppet uppfattas som svår att förstå i början, men att alla som uppfattade den som svår också anser att den blir lättare att förstå och ta till sig efter mer erfarenhet av den. Våra intervju svar visar också att Ropsucken var lättare att ta till sig när man gör den till sin egen, och att man gör det först när man har förstått syftet med övningen.

"Jag tyckte det var skitsvårt. Jag var rädd för att göra fel. Det tog ett tag innan jag fattade meningen med övningen." (Johanna)

2. de som känner sig fortfarande sökande i sin sång upplever dessa övningar som positiva

I diskussionen efter intervjuerna fick vi veta vilka teorier sångpedagogerna sympatiserar med och hur sångelever och sångpedagogsstudenter tänkte om sin sång. I efterhand kunde vi se ett samband mellan de respondenter som redan sympatiserade med en viss sångteori eller hade en egen teori om sin sång hade svårare att ta till sig övningarna och de sångelever och sångstudenter som inte hade en bestämd syn på hur deras sång är för något hade lättare att ta till sig övningarna.

"tror att nackdelen med övningen Ropsucken skulle kunna vara att man lätt hamnar i falsettklang. För att hitta de tunna stämbanden på höjden krävs det mycket arbete i kroppen. Med en elev med lågt struphuvud är det lätt att klangen blir falsett" (My)

3. de som har ett liknade röstsound som sångpedagogen, eller de som kan se förbi soundet som förmedlas av sångpedagogen som instruerar övningarna har lättare att ta till sig övningarna

De som stod sig skeptiska till övningarna hade svårt att veta vad övningarna skulle ha för syfte eftersom de fokuserade så mycket på Mariannes sound som de uppfattade som klassiskt. De tre respondenter som stod skeptiska till övningarna hade minst erfarenhet av övningarna, strävar mot en afroamerikansk sångtradition och hade redan hittat egna teorier om sång som de fann var tillfredställande.

"Marianne låter så klassisk att det är svårt att i övningarna veta vad som är härmning och inte." (Linda)

Det hade varit väldigt intressant att ta reda på om elevers genrebakgrunder spelar någon roll i hur man uppfattar dessa övningar. Vi tror nu att det kan vara svårare för en elev med afrobakgrund att ta till sig övningarna eftersom Marianne Khosos sound kan upplevas som klassiskt. Därför hade det varit väldigt intressant att ta reda på om de skulle vara någon skillnad för elever att ta till sig övningarna om de instruerades av sångpedagoger med liknade sound som elevernas egna, eller om elever med klassisk inriktning sång ändå tar till sig övningarna lättare eftersom Talguppet och Ropsuckens sätt att sjunga på liknar mer det klassiska. Det hade varit intressant att få reda på om en sångpedagog, med ett *rockigt* sound, skulle kunna få de elever som nu står skeptiska till övningarna att ha lättare att ta till sig dem. Det är en fråga som söker svar i en senare uppsats.

5.3 Slutsats

Majoriteten av våra respondenter (sångelev/sångstudenter/sångpedagogstudenter) som arbetat med övningarna Talguppet och Ropsucken uppfattar dessa övningar som effektiva metoder - nyttiga för flera olika syften i sångträning.

Svaren på hur respondenterna anser att övningarna påverkar deras sång har vi delat in i olika ämneskategorier baserat på våra samlade intervjusvar. Dessa kategorier är följande:

Avspänning/kontakt med kropp
Grundröst utan genreschabloner
Medvetenhet om övning
Släppa kontrollen - närvaro – uttryck
Teknik/Talröst

De tillfrågade sångpedagogerna uppfattar övningarna som komplexa - bra att använda för vissa specifika syften - men med vissa brister.

Vi är glatt överraskade att vi fick så många olika typer av svar i intervjuerna. Detta stämmer med våra egna positiva upplevelser av övningarna – de går utmärkt att använda för flera olika syften.

Vi kommer att fortsätta forska kring bland annat den Genrelösa tekniken för att få tips och idéer om fler intressanta undervisningsmetoder som vi skulle kunna använda oss av i vårt arbete som sångpedagoger.

Referenser:

Arder, Nanna-Kristin. (2001). *Sangeleven i fokus*. Oslo: Gyllendal

Sadolin, Catrine. (2006) *Komplett sångteknik*: Köpenhamn: Gehrman's musikförlag;

McDonald Klimek, Mary. Obert, Kerrie. Steinhauer, Kimerly. (2005) *The Estill Voice training system -Level one- Compulsory figures for voice contro* .LLC: Estill Voice training systems international

Gallwey w. Timothy. (2008) *The inner game of tennis.USA* :Random House Trade Paperback Edition

Kayes Gillyanne. (2000) *Singing and the actor*. New York: A & C Black Publishers

Larsson, Anne-Monica. (1998) *Röstresurser- Hur du utvecklar och tränar din röst*. Stockholm: Arne Löfgren Offset

Marton, Ference & Booth, Shirly. (2000) *Om lärande*. Lund: Studentlitteratur.

C-uppsatser

Ohlsson, Helene & Segerdahl, Lotte (2005) *Rösten som redskap i ett hälsobefrämjande syfte*. Sahlgrenska akademien Göteborg: C-uppsats

Albinsson, Klara & Alexandersson, Beatrice examensarbete (2006) ”... *det är ju samma röst vi använder, man använder den lite olika bara -Sångpedagogers skolning och genrebredd på gymnasiets estetiska program*. Utbildnings- och forskningsnämnden för lärarutbildning Göteborg: C-uppsats

Gustafsson, Madeleine (2005). *Möte mellan genrer. Problem och möjligheter i sångteknik och pedagogik*. Examensarbete musikleklärarprogrammet. Göteborgs universitet, Musikhögskolan, Göteborg.

Vetenskapliga artiklar

Ginsborg, Jane and Sloboda, John A. (2007) *Singers' recall for the words and melody of a new, unaccompanied song*: Psychology of music.

Upplagsverk

Sohlmans musiklexikon (1979). Stockholm: Sohlmans Förlag AB. Uppslagsord: *genre, afroamerikansk musik och sång, klassisk sång.*

Elektroniska källor

Nationalencyklopedin, hämtad från 2008-12-01 till 2009-01-20. Sökord: *fenomenologisk pedagogik, sång, tal, sound.*
<http://www.ne.se>

CODEX – regler och riktlinjer för forskning, hämtad från 2008-12-01 till 2008-01-20.
Sökord: *regler, forskning, etik.*
<http://www.codex.uu.se>

Muntlig källa

Intervju med Marianne Khoso, 15 december- 2008

Bilaga 1.

Intervjufrågor till sångstudenter, sångelever och sångpedagogstudenter:

1.
 - a. Hur upplever du att övningen Talguppet påverkar din sång?
 - b. Hur upplever du att övningen Talguppet påverkar din sång på sikt?
2.
 - a. Hur upplever du att övningen Ropsucken påverkar din sång?
 - b. Hur upplever du att övningen Ropsucken påverkar din sång på sikt?
3.
 - a. Hur uppfattade du övningen Talguppet första gången du jobbade med den?
 - b. Uppfattar du övningen Talguppet på ett annat sätt nu än när du började med den?
4.
 - a. Hur uppfattade du övningen Ropsucken första gången du jobbade med den?
 - b. Uppfattar du övningen Ropsucken på ett annat sätt nu än när du började med den?
5. Vad i din sång tror du bearbetas genom övningen Talguppet?
6. Vad i din sång tror du bearbetas genom övningen Ropsucken?
7.
 - a. Vilka resultat önskar du uppnå genom att arbeta med övningen Talguppet?
 - b. Tycker du att du uppnår dessa resultat?
8.
 - a. Vilka resultat önskar du uppnå genom att arbeta med övningen Ropsucken?
 - b. Tycker du att du uppnår dessa resultat?
9.
 - a. Vad tycker du om övningen Talguppet?
 - b. Vad tycker du om övningen Ropsucken?
10.
 - a. Övar du på Talguppet privat?
 - b. Övar du på Ropsucken privat?

Bilaga 2.

Intervjufrågor till sångpedagoger:

1a: Vad tror du är syftet med övningen Talguppet? (Efter demonstration på video.)

1b: Vad tror du är syftet med övningen Ropsucken? (Efter demonstration på video.)

2a: På vilka andra sätt skulle man kunna bearbeta samma saker i rösten som du tror att man bearbetar med övningen Talguppet?

2b: På vilka andra sätt skulle man kunna bearbeta samma saker i rösten som du tror att man bearbetar med övningen Ropsucken?

3a: Vilka för/nackdelar tror du kan finnas med att arbeta med övningen Talguppet?

3b: Vilka för/nackdelar tror du kan finnas med att arbeta med övningen Ropsucken?

