

Gunter Kreutz

Warum Singen glücklich macht

192 Seiten · Broschur · 16,90 € (D) · 17,40 € (A)

ISBN 978-3-8379-2900-3 · ISBN E-Book 978-3-8379-7683-0

Buchreihe: Sachbuch Psychosozial · Erscheint im Oktober 2020



»Singen macht glücklich. Warum das so ist, wird in diesem Buch eindrucksvoll belegt, durch wissenschaftliche Befunde, vor allem aber auch durch die umfangreichen positiven Erfahrungen des Autors, der es versteht seine Leser daran teilhaben zu lassen. Insofern verzaubert das Buch und macht Lust darauf (mehr) zu singen, alleine, besser noch mit anderen. Mein Sachbuch des Jahres 2014.«

Gernot Hahn, Socialnet.de am 9. Januar 2015

»Das Buch jedenfalls sei all denen empfohlen, die das Singen noch nicht ganz überzeugt hat. Überzeugte Sänger lesen das Buch mit größter Begeisterung und werden sich in vielen Thesen wiedererkennen.«

Chorpraxis Singen 10/2014

Warum singen wir so gerne miteinander? Sind Menschen glücklicher, die über Jahre und Jahrzehnte Mitglied in einem Chor sind? Ist Singen vielleicht sogar gesund? Singen ist weder aus der Evolution des Menschen noch aus seiner Entwicklung vom Säugling bis ins hohe Alter wegzudenken. Mehr noch: Gemeinsames Singen steigert das Wohlbefinden, stärkt Abwehrkräfte und Atmung, schützt vor

Stimmproblemen und verbindet uns über alle Generationen und Lebenslagen hinweg miteinander.

Das weltweit wachsende Forschungsinteresse an diesen und neuen Fragen rund um das gemeinsame Singen spiegelt sich in dieser Neuauflage. So liegen nun endlich nicht nur Vermutungen, sondern belastbare Hinweise auf die körperlich euphorisierende Wirkung des Singens vor. Singen fördert die Sprachentwicklung von Kindern, das Sprachverstehen von Menschen mit Hörproblemen und es verhilft zu mehr sozialen Bindungen und weniger Einsamkeit vor allem im Alter. Erstmalig verbünden sich internationale Forschungsteams, um die klinische Bedeutung von gemeinsamem Singen als Elixier für mehr Lebensqualität im Alter zu ermessen und damit die Rehabilitation chronisch kranker Menschen neu zu bewerten.



Gunter Kreutz, Prof. Dr. habil., lehrt Systematische Musikwissenschaften an der Carl von Ossietzky Universität Oldenburg. Ihn interessieren die Wirkungen von Musikhören, Singen, Tanzen und Musizieren auf Körper, Geist und Seele. In seinen empirischen Forschungen geht er der Frage nach, wie wir Musik für unser Wohlbefinden und unsere Lebensqualität nutzen können.