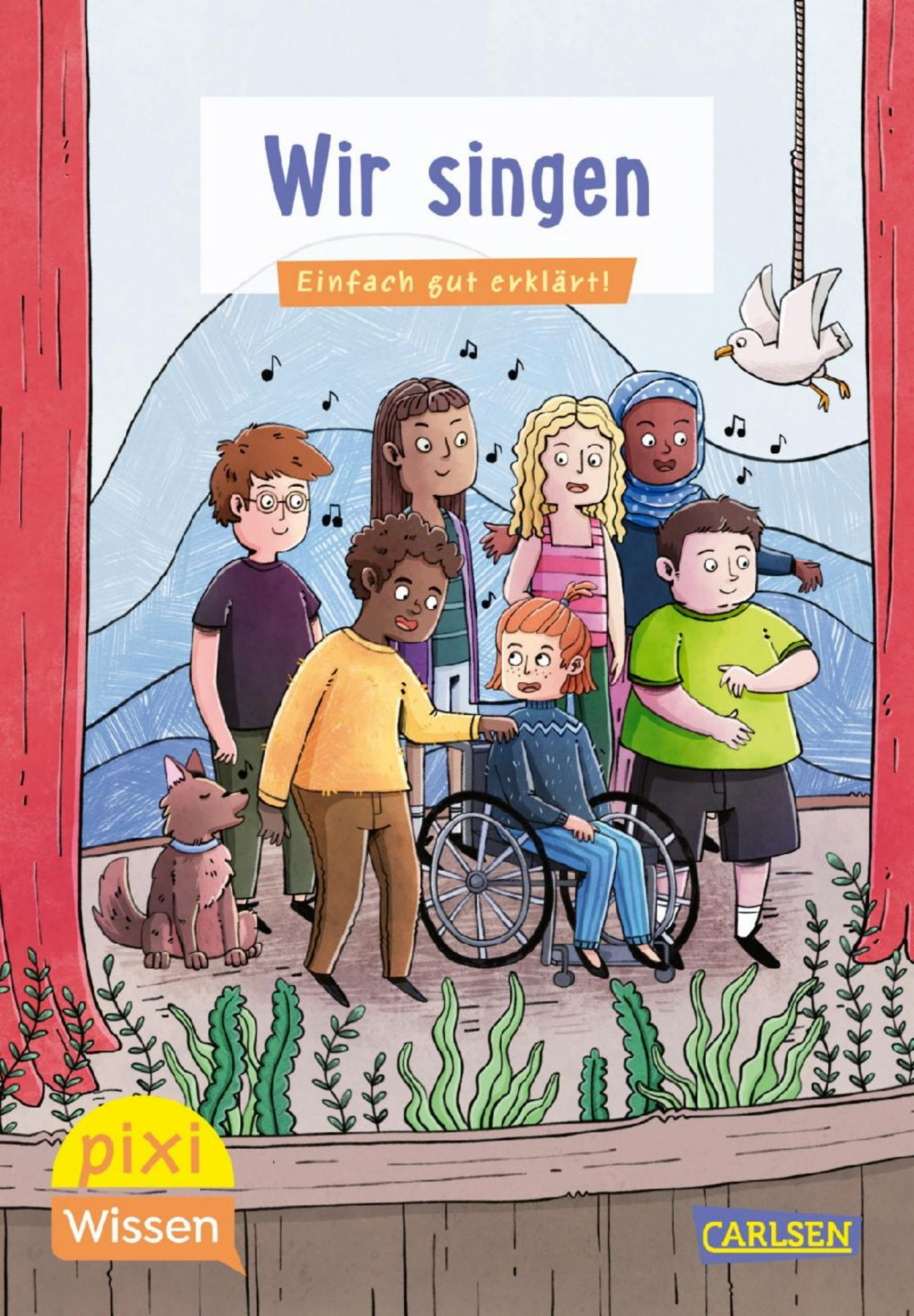


Wir singen

Einfach gut erklärt!



pixi

Wissen

CARLSEN

Singend durch den Tag

Ob allein, gemeinsam mit der Familie, zum Geburtstag, um das Baby zu beruhigen oder einfach so, weil es

Spaß macht:

Singen gehört für viele Menschen zum Leben dazu.





Wann und wo singst du gern? Und mit wem?

Singen macht glücklich

Warum singen wir überhaupt? Forschende haben herausgefunden, dass in unserem Körper erstaunliche Dinge passieren, wenn wir singen.



Singen und Musizieren verbessern die Stimmung. Denn dabei **schüttet unser Gehirn bestimmte Stoffe aus**, durch die wir gute Laune bekommen. Das passiert zum Beispiel auch bei einem leckeren Essen oder wenn wir verliebt sind.



Singen entspannt und vermindert Stress. Sängerinnen und Sänger in Chören berichten außerdem, dass sie nach dem Singen mehr **Energie** verspüren.

Singen kann die **Atmung** verbessern.
Der Herzschlag von Menschen, die gemeinsam singen, gleicht sich an. Das haben Herzmessungen bei Chorsängerinnen und -sängern ergeben.
Singen ist auch gut für die **Abwehrkräfte**:
Wer viel singt, wird nicht so schnell krank.



Gemeinsames Singen und Musizieren bewirkt, dass im Körper ein Stoff freigesetzt wird, der das Gefühl der **Verbundenheit** mit den anderen fördert.

Pablo, 8. fragt:

Seit wann singen Menschen?

Das weiß niemand genau. Aber die Funde von uralten Musikinstrumenten zeigen, dass unsere Vorfahren vor Tausenden Jahren schon Musik gemacht haben. Vermutlich begann das Singen schon früher, denn es ist die einfachste Form des Musizierens.

