

LOKALES

Singen heilt Körper und Seele

Das „Heilsame Singen“ in der Siegburger Helios-Klinik zieht auch Besucher aus Troisdorf und Bonn an

Fotos: Annika Schmidt

Beim „Heilsamen Singen“ in der Kapelle baut Susanne Wagner (am Pult) auch immer wieder Bewegungen mit ein.

VON ANNIKA SCHMIDT



RHEIN-SIEG-KREIS. | Wer hat nicht schon einmal im Auto laut vor sich hin gesungen und danach bessere Laune verspürt? Singen macht etwas mit Menschen, das belegen inzwischen einige Studien. Diese zeigen sogar, dass Singen nicht nur Auswirkungen auf die Psyche von Menschen hat, sondern auch auf deren körperliches Befinden. Musiktherapeuten entwickelten auf Basis dieser Studien das Konzept der „Singenden Krankenhäuser“, das aus Amerika stammt. Sie bieten „Heilsames Singen“ für Patienten, Angehörige und Pflegekräfte an. Inzwischen gibt es das Programm auch in Deutschland. Diakonin Gunhild Zimmermann hat davon erfahren

und es selbst ausprobiert. Mit ihrem Vorschlag, das Helios-Klinikum in Siegburg anzubieten, stieß sie auf offene Ohren.

Seit 2019 gibt es im Helios-Klinikum nun einmal die Woche „Heilsames Singen“. „Während der Pandemie hatten wir leider eine Unterbrechung und konnten das Singen nicht wie üblich anbieten. Jetzt wollen wir aber wieder loslegen und freuen uns auf jeden, der zu uns stößt“, so Zimmermann, die das Singen zusammen mit den beiden speziell dafür ausgebildeten Singleiterinnen Elisabeth Quitmann und Susanne Wagner immer donnerstags um 15 Uhr in der Kapelle des Helios-Klinikums anbietet.

Beim gemeinsamen Singen untermalen alle drei die Gesänge mit Instrumenten, denn viel Text gibt es bei den Liedern nicht. „Wir arbeiten komplett ohne Textblätter. Unsere Texte sind einfach und gut zu merken. Sie sind wie ein Mantra, das man sich immer wieder aufsagt“, schildert die Leiterin der evangelischen Klinikseelsorge im Helios.

Zu den wöchentlichen Singstunden kamen vor Beginn der Pandemie regelmäßig etwa 15 Interessierte, wie Zimmermann berichtet. Darunter waren neben Patienten aus der Klinik auch Angehörige und Pflegekräfte – überwiegend Frauen im Alter von 50 Jahren und älter. Teilweise kamen die Sängerinnen sogar aus Bonn und Troisdorf, um beim „Heilsamen Singen“ dabei zu sein. Die Diakonin hofft, dass es bald wieder so viele sein werden und auch neue dazu kommen. Damit aber nicht nur die Patienten an den Gesängen teilnehmen können, denen es möglich ist, das Bett zu verlassen, wird das „Heilsame Singen“ per Videokamera auch in die Krankenzimmer des Siegburger Krankenhauses übertragen.

Die beiden Singleiterinnen Elisabeth Quitmann und Susanne Wagner absolvierten ihre Ausbildung im Verein „Singende Krankenhäuser“. Dieser bietet verschiedene Seminare zu unterschiedlichen Krankheitsbildern an. Darunter sind Themen wie Singen mit Demenz, Singen mit COPD (einer Atemwegserkrankung) oder auch Singen mit Depressionen und Krebs. Bei diesen Seminaren werden neben Liedtexten und Melodien auch die Krankheitsbilder vermittelt und gelehrt.

„Singen hilft bei vielen Dingen. Es ist gut für die Psyche und die Wundheilung. Die Vibration der Melodien ist wie eine innere körperliche Massage“, so Zimmermann. Für sie ist Musik das ideale Mittel, um Menschen emotional zu berühren. Ihr Angebot soll Menschen aber nicht nur körperlich und psychisch helfen, sondern ihnen auch wieder das Gefühl von Gemeinschaft vermitteln. „Einsamkeit und Isolation sind die häufigsten Themen, über die ich mit den Menschen hier spreche.“ Die Diakonin berichtet von einer pflegenden Angehörigen, für die das wöchentliche gemeinsame Singen eine Flucht aus ihrem Alltag sei. „Pflegen ist kräftezehrend und isoliert oft auch Menschen von ihren Mitmenschen“, sagt Zimmermann.

Um das wöchentliche kostenlose „Heilsame Singen“ auch im nächsten Jahr weiter anbieten zu können, benötigt Zimmermann Spenden. „Damit wir die Singleiterinnen weiterhin bezahlen können, brauchen wir finanzielle Unterstützung.“

DER URSPRUNG

Patientensinggruppe bildete den Ursprung

Die deutsche Initiative „Singende Krankenhäuser“ gründete sich 2009 aus einer Patientensinggruppe unter der Leitung von Musiktherapeut Wolfgang Bossinger in Göppingen. Er baute mit Katharina Bossinger zunächst eine Canto-Initiative auf, die sich unter „Il canto del mondo - Internationales Netzwerk zur Förderung der Alltagskultur des Singens e.V.“ etablierte. 2010 wurde dann mit den „Singenden Krankenhäusern“ eine eigene Initiative gegründet.