

Leitbild und Leitlinien der internationalen gemeinnützigen Initiative „Singende Krankenhäuser e.V.“ für zertifizierte SingleleiterInnen

zur Durchführung von Singgruppen und Singangeboten in Gesundheitseinrichtungen

ausgearbeitet von der Vorstandsvorsitzenden der gemeinnützigen internationalen Initiative „Singende Krankenhäuser e.V.“
elke.wuennenberg@singende-krankenhaeuser.de; elkewuennenberg@web.de

1. Vision, Leitbild und Anliegen der Initiative

Die Vision „Zur Bedeutung des Singens“ verfasste Yehudi Menuhin 1999 als Schirmherr von „Il Canto del Mondo“. Die Initiative „Singende Krankenhäuser“ ist aus dem „heilsamen Singen“ der Canto-Initiative hervorgegangen. Im Zuge der Integration des Singens als Ansatz zur Gesundheitsförderung und Krankheitsbewältigung und der Integration von Singangeboten in Gesundheitseinrichtungen hat sich die Initiative „Singende Krankenhäuser e.V.“ jedoch inhaltlich und strukturell eigenständig weiterentwickelt. Im Anschluss an die gemeinsame Vision beider Initiativen sollen das Leitbild und die Leitlinien¹ der internationalen gemeinnützigen Initiative „Singende Krankenhäuser e.V.“ hier formuliert werden.

1.1 Vision von Yehudi Menuhin (1999): Zur Bedeutung des Singens

Das Singen ist die eigentliche Muttersprache des Menschen,
denn sie ist die natürlichste und einfachste Weise,
in der wir ungeteilt
da sind und uns ganz mitteilen können –
mit all unseren Erfahrungen, Empfindungen und Hoffnungen.
Das Singen ist zuerst der innere Tanz des Atems, der Seele,
aber es kann auch unsere Körper aus jeglicher Erstarrung
ins Tanzen befreien und uns den Rhythmus des Lebens lehren.
Das Singen entfaltet sich in dem Maße,
wie es aus dem Lauschen, dem achtsamen Hören erwächst.
Singend können wir uns darin verfeinern,
unsere Mitmenschen und unsere Mitwelt zu erhören.
Immer geht uns der Gesang eines Menschen unmittelbar an,
wächst ein Verstehen, Teilhaben und Begreifen über alle Begriffe hinaus.
Das ist meines Erachtens nur möglich,
weil im Singen sich das menschliche Doppelwesen offenbart:
Singen gehört fraglos zur Natur des Menschen,

¹ An dieser Stelle möchte meinem Lehrer Dr. Konrad Stauss für seine Inspiration und Vorarbeiten danken.

so dass es gleichsam keine menschliche Kultur gibt,
in der nicht gesungen würde.
In einer Zeit, in der die natürlichen und geistig-seelischen Vermögen der Menschen
immer mehr zu verkümmern scheinen,
so dass möglicherweise unsere Zukunft überhaupt bedroht ist,
brauchen wir notwendig alle nur möglichen Quellen der Besinnung,
die uns offen stehen.

Singen birgt nun unvergleichlich das noch schlummernde
Potential in sich, wirklich eine Universalsprache
aller Menschen werden zu können:
Im Singen offenbart sich der gesamte Sinn -
und Sinnenreichtum der Menschen und Völker.
Dieser einmalige Sprachschatz
darf uns nicht verloren gehen,
was aber tatsächlich zur Zeit geschieht.
Deshalb gilt es, das Singen nicht nur zu bewahren,
sondern weltweit zu fördern.
Denn Singen macht, wie nichts anderes,
die direkte Verständigung der Herzen
über alle kulturellen Grenzen hinweg möglich.
Hunderte triftige Gründe könnte ich nennen,
die dafür sprechen, dass die Entfaltung
einer neuen Weltkultur des Singens,
so wie sie mir als Zukunftsvision vorschwebt,
den Menschen von innen heraus,
in seiner Alltäglichkeit befähigen kann,
die Friedfertigkeit der Menschen und Kulturen
untereinander zu befördern
durch die Stärkung der persönlichen Zufriedenheit und
Lebendigkeit und durch ein vermehrtes Zutrauen zu seinem
individuellen Leben mit seinen Aufgaben und Freuden,
Anstrengungen und Nöten.
Wenn wir Menschen uns selbst
als Klangkörper, als Musikinstrument
in der Sinfonie der Schöpfung begreifen
und uns singend immer wieder auf's Neue befrieden lernen,
dann können wohlmöglich –mit unserer eigenen Gesundheit durch die Musik
einhergehend –auch die durch uns verursachten
Verwundungen der Erde heilen.
Wir Menschen sind im Singen schöpfende und schöpferische Klangwesen:
Wir vermögen durch Gesang unsere Welt und unser Handeln zu beseelen,
singend Liebe, Freude, Hoffnung und Zuversicht zu schenken,
uns aber auch den Schmerz von der Seele zu singen und
unser Herz durch Verzeihen zu beschwingen:
Wir vermögen zum Lobpreis der Schöpfung
einigender Gesang zu sein.
Das alte Wissen der Völker gibt uns Heutigen ebenso
wie die neuesten Erkenntnisse derjenigen Wissenschaftler,
die das Weltwissen der Jahrtausende
kreativ und kulturstiftend bündeln wollen,
Ermutigung und Möglichkeit genug,

eine Weltkultur des Singens zu begründen.
Singen als ein Klingen aus der Stille,
aus der Fülle der bewussten Innerlichkeit,
ist ein lauschendes,
den anderen hörendes Singen.
Es wirkt in der Welt in der Weise des tätigen Hörens,
des empfänglichen Einstimmens und
als ein Anspruch zu höchster Lebendigkeit,
zu tanzender, sich freischwingender Begegnung
mit allem Lebendigen

So kann Singen zugleich
Bewegung ins Eigenste sein,
gar eine sanfte Revolution der Befriedung auslösen,
und vielleicht uns Menschen zunehmend
aus lebensfeindlichen persönlichen und
gesellschaftlichen Strukturen herauslösen helfen.
All unsere Erfahrung und all unser Wissen sprechen dafür,
dass es so sein kann.
Auf diesem Wege können wir Menschen die Kraft entwickeln,
individuell von innen nach außen
und gesellschaftlich von unten nach oben
neue Strukturen zu bauen und zu erhalten,
die den lebendigen Frieden wachsen lassen und schützen.
So weiß ich nichts, was dagegen spräche.
Warum sollten wir es also nicht mit aller Zuversicht
versuchen, mit den Künstlern dieser Welt und allen,
die sich dazu berufen fühlen,
gemeinsam eine solche Weltkultur des Singens,
gespeist aus allen Quellen der Völker, derart zu entfalten.
Wir können dabei nichts verlieren, nur gewinnen.
Jedes Beginnen, selbst ein noch so kleiner Schritt auf diesem Wege
wäre schon erbauend.
Im Singen würdigen wir uns und die Welt,
die Natur und die Menschen, die mit uns sind.
Georg Philipp Telemann hat dies erkannt, wenn er sagt:
„Singen ist das Fundament zur Musik in allen Dingen.“
Wenn einer aus seiner Seele singt,
heilt er zugleich seine innere Welt. Wenn alle aus ihrer Seele
singen und eins sind in der Musik,
heilen sie zugleich auch die äußere Welt.
Es würde mich beglücken, wenn ich einen solchen
Gesang der Welt, so, wie ich ihn in meinem Inneren schon höre,
noch erleben könnte.

1.2. Leitbild und Anliegen der Initiative „Singende Krankenhäuser“

„Der Mensch ist des Menschen Medizin“

Das „heilsame Singen“ gemäß der Satzung der gemeinnützigen Initiative „Singende Krankenhäuser e.V.“ ist in einem breiten Anwendungsfeld zwischen musikalischem Freizeit-, Selbsterfahrungs- und Therapieangebot verortet. Es soll die Widerstandsfähigkeit und die Selbstheilungskräfte von Patienten stärken, somit zur Gesundheitsförderung und Krankheitsbewältigung beitragen und dabei präventiv oder ergänzend zu medizinischen sowie therapeutischen Angeboten eingesetzt werden. Darüber hinaus sollen die Singangebote einen Beitrag zur Begegnung und Kultur in Gesundheitseinrichtungen stiften.

„Singende Krankenhäuser e.V.“ setzt sich dafür ein, dass ganzheitliche, lebensbejahende und –fördernde Impulse das Gesundheitssystem ergänzen und stellt die inneren und äußeren Beziehungswelten sowie die identitäts- und sinnstiftenden Bezüge der Menschen in den Mittelpunkt der Gesundheitsfürsorge und Medizin. Es soll mit zu einem „gesellschaftlichen Dialog über die Bedeutung des Subjektiven, des Seelischen, des Geistig-Spirituellen, des sozialen Miteinanders und unseres Umgangs mit Problemen und Störungen in diesem Feld“ anregen – wie dies Fachleute des Gesundheitssystems 2011 ins Bewusstsein zu bringen suchten.²

„Singend gesunden“

Das heilsame Singen ist neben der Freude am Singen auch auf persönliches Wachstum und gesellschaftliche Veränderung hin ausgerichtet. Es sucht die Selbstwahrnehmung, die Selbststeuerung, die Dialogfähigkeiten und die Beziehungsverantwortung der Menschen zu stärken. Der oben zitierten Vision von Menuhin (1999) ebenso wie den neuesten Erkenntnissen der neurobiologischen Forschung³ gemäß geht es beim Singen darum, auf sinnlich-erkundende Weise „Herzen zu öffnen“ und Beziehungsängste und –verletzungen zu überwinden. „Singend zu gesunden“ heißt demnach, einen Ansatz zu bieten, der sich auf die „grundlegenden Kompetenzen zur Lebensführung, zur Bewältigung von Veränderungen und Krisen und zur Entwicklung von tragfähigen und erfüllenden Beziehungen konzentriert“ (ebd., 2011).

² Siehe <http://www.psychosoziale-lage.de>

³ siehe Stephen W. Porges (2010): Die Polyvagal-Theorie: Neurophysiologische Grundlagen der Therapie. Emotionen, Bindung, Kommunikation & ihre Entstehung.

2. Zu den Grundannahmen

Damit Singen „heilsam“ ist, wird hier der Anspruch formuliert, dass Menschenbild, theoretische Konzepte und praktische Implikationen aufeinander stimmig bezogen werden können. Hierüber soll das zugrundeliegende Modell von Krankheit, Gesundheit, Resilienz und Schlussfolgerungen für ein Veränderungsmodell (Genesung, Förderung) im Sinne eines offenen und dynamischen Selbstregulations- und Selbstorganisationsmodells verdeutlicht werden.

Darüber hinaus soll durch die Rückbindung an anthropologische Grundannahmen, bestehende Theorien und Modellvorstellungen und ihre Synthese in einem integrativen Ansatz die ideelle Weiterentwicklung der internationalen gemeinnützigen Initiative „Singende Krankenhäuser e.V.“ und Forschung angeregt werden.

2.1 Zum Menschenbild und Implikationen für das heilsame Singen

Als Grundannahme des heilsamen Singens wird der Mensch als ein bio-psycho-soziales Wesen gesehen, für dessen Wohlergehen auch Sinnfragen und Transzendenz/Spiritualität von Bedeutung sind. Im Singen soll der Mensch auf körperlicher, geistiger ebenso wie seelischer Ebene angesprochen und ganzheitlich gefördert werden. Über mindestens sieben anthropologische Grundannahmen⁴ kann ein Singen, das uns wesensgemäß ist, als ein Singen umschrieben werden, das uns in unserer Fähigkeit, Bewusstheit und Bereitschaft stärkt:

- den Körper als Fundament unseres Seins, als Basis aller Ausdrucks- und Resonanzprozesse zu begreifen,
- Selbstreflexion und Perspektivenwechsel anzuregen,
- uns die Motivationalität des Erlebens und Intentionalität des Verhaltens als ein Ringen um Polarität (im Gegensatz zu Dualitäten) näherzubringen,
- uns in unsere „Geschichtlichkeit“ (Leben-Sterben, Jahreskreis, Traditionen) rückzubinden
- unsere Verantwortlichkeit und Freiheit spür- und lebbar werden zu lassen
- und Sinnzusammenhänge und transzendente Bezüge zu stiften.

Das heilsame Singen orientiert sich an der Erkenntnis, dass der Mensch ontogenetisch auf Beziehung angelegt und als ein gesellschaftliches Wesen auf Kooperation angewiesen ist. Wissenschaftliche Studien haben gezeigt, dass positive wie negative Beziehungserfahrungen ebenso wie gelingende oder scheiternde Bedürfnisregulation

⁴ Zu den anthropologischen Grundannahmen und ihrer Widerspiegelung im Singen, siehe Elke Wünnenberg (2012): Singend in Beziehung sein. Tagungsband zur JK Lüneburg, hrsg. im Auftrag der Initiative „Singende Krankenhäuser e.V.“

neurobiologische Spuren hinterlassen. Beim Singen als einem sozialen Miteinander werden somit Stärken und Schwächen, Bewältigungsstrategien wie Vermeidungsverhalten, Wohlbefinden ebenso wie Stressreaktionen relevant.

Insbesondere die Polyvagaltheorie von Stephen Porges⁵ zeigt auf, wie durch Singen soziale Bezugnahme gestärkt werden kann. Über die enge Verschaltung und Neurofeedbacksysteme zwischen Atem, Stimme, dem sozialen Engagement System (SNS), Interaktions- Resonanzprozessen und dem Identifikations- und Übertragungsgeschehen kann Singen neurophysiologische und biopsychische Modulationen bewirken und Menschen aus Angst, Ohnmacht, Erstarrung, Schmerz herausführen. Laut Porges kann die Formel für Beziehung und Gesundheit wie folgt umschrieben werden: Sicherheit schafft die Voraussetzung für Kontakt, Kontakt für Austausch – und Resonanzprozesse, dies wiederum die Voraussetzung für Bindung. Singen kann diese Voraussetzungen und positiven Rückkopplungen stärken, Anregungen geben, Impulse setzen und Probehandeln ermöglichen. Als übergreifendes Wachstumsziel kann der bewusste Umgang mit Ressourcen wie Defiziten im Beziehungserleben und in der Beziehungsgestaltung als „das heilsame Miteinander im und durch Singen“ formuliert werden.

2.2 Spielerischer Dialog als heilsame Grundhaltung

Die Grundhaltung des heilsamen Singens zeichnet sich dadurch aus, dass „Spiel“ und „Dialog“ im Miteinander einer Gruppe von Menschen gelingen und die im Singen erlebten Körperempfindungen, Gefühle, inneren Bilder, Überzeugungen und Impulse zu spürbewussten positiven Kontakt-, Begegnungs- und Gemeinschaftserfahrungen werden.

2.2.1 Spiel

Nach Johan Huizinga (1939/2004)⁶ ist Spiel „eine freiwillige Handlung oder Beschäftigung, die innerhalb gewisser festgesetzter Grenzen von Zeit und Raum nach freiwillig angenommenen, aber unbedingt bindenden Regeln verrichtet wird, ihr Ziel in sich selber hat und begleitet wird von einem Gefühl der Spannung und Freude und einem Bewusstsein des ‚Anderseins‘ als das ‚gewöhnliche Leben‘.“

2.2.2 Dialog

Gespräch (griechisch: "dialogos") bezeichnet allgemein eine musikalische Form, die sich aus dem Gegen- oder Nacheinander verschiedener Stimmen entwickelt, als dialogische Haltung, als Fähigkeit und Bereitschaft zu sozialer Resonanz und als Teilen subjektiven

⁵ Siehe Vorträge auf der Konferenz „Reden reicht nicht?!“ vom 25.-29.6.2016 in Heidelberg

⁶ Johan Huizinga (1939/2004): *Homo Ludens. Vom Ursprung der Kultur im Spiel.* Rowohlt, Reinbek, S. 37)

Erlebens verstanden. In Anlehnung an William Isaacs (2002)⁷ werden in Singgruppen folgende Dialogfähigkeiten geübt:

- *Zuhören* als das auf sich Wirkenlassen des Gehörten bzw. Mitgesungenen aus einem inneren Schweigen bzw. einer inneren Stille heraus
- *Respektieren* als das Verzichten auf bewusste Formen von Abwehr, Schuldzuweisung, Abwertung oder Kritik gegenüber den Dialogpartnern
- *Suspendieren* als Erkennen und Beobachten eigener Gedanken, Emotionen und Meinungen – ohne dabei in eine Fixierung zu verfallen
- *Artikulieren* als das Finden der eigenen, authentischen Sprache und das Aussprechen der subjektiven Wahrheit

Das gemeinschaftliche Singen soll „Container - Räume des Vertrauens“ öffnen, in denen die Intensität des direkten, vertrauensvollen, zwischenmenschlichen Austauschs gefahrlos eingeübt und ausgeführt werden kann. Die SingleiterIn übernimmt in diesem Prozess die Aufgabe des Spiel- und Dialogbegleiters.

2.3 Heilsames Miteinander

Singen schafft eine vielschichtige soziale Situation, in der die Güte des Miteinanders von jedem Einzelnen, dem Singen und der Gruppe mitbestimmt wird. Statt normativer Vorgaben – im Sinne einer Regulation von außen - soll hier auf den innengeleiteten Zugang des heilsamen Miteinanders verwiesen werden. Über alle Kulturen und Religionen hinweg hat sich eine praktische Ethik herausgebildet (Ethik = Weidezaun, Orientierungsvorgabe), die in der „Goldenen Regel“ als Leitsatz wie folgt formuliert wird: „Behandle andere so, wie du von ihnen behandelt werden willst.“ Die negative Fassung dieses Grundsatzes ist auch als Sprichwort bekannt: „Was du nicht willst, dass man dir tu, das füg auch keinem andern zu.“

2.4 Singen als Therapeutikum

Singen als eine Form des sinnhaften und sinn- und beziehungsstiftenden Selbstaussdrucks ist untrennbar mit dem Menschsein verbunden und weist als Kulturgut weit über eine therapeutische Technik hinaus. Im Sinne einer universellen und ursprünglichen Muttersprache (vgl. Menuhin 1999 „Zur Bedeutung des Singens“) vermag Singen die Selbstwahrnehmung und den Selbstaussdruck zu erweitern und damit Erfahrungen von Identität, Gemeinschaft, Sinn und Spiritualität (= Prozesse der Individuation und (Selbst-)Transzendenz) zu fördern.

⁷ William Isaacs (2002): *Dialog als Kunst, gemeinsam zu denken. Die neue Kommunikationskultur in Organisationen.* EHP Organisation, Köln)

Folgende Wirkebenen des heilsamen Singens werden aufgrund der Praxiserfahrung angenommen bzw. sind teilweise durch Forschung belegt:

- Förderung von organischer Selbstregulation über Atmung, Stimmausdruck und Bewegungsimpulse
- Förderung von Steuerungsfähigkeiten wie Selbstempfindungen, Selbstwahrnehmung, Selbstaussdruck
- Förderung von Dialogfähigkeiten wie Schwingungs- und Resonanzbereitschaft und Differenzierung sowie Erweiterung von Ausdrucksmöglichkeiten und Kommunikation
- Förderung von Persönlichkeitsentfaltung und Erweiterung des individuellen Erlebens- und Handlungsspektrums
- Förderung von Selbstfürsorge und Beziehungsverantwortung

Einen Überblick über den aktuellen Forschungsstand bietet das 2015 erschienene Buch von Prof. Dr. Gunter Kreutz: „Warum singen glücklich macht“ (Psychosozial-Verlag, Gießen).

2.5 Abgrenzungen zur Therapie

In Abgrenzung zu veränderungsorientierten, zweckgerichteten und/oder aufdeckenden Therapieansätzen ist das heilsame Singen ein „stützendes“ bzw. präventives Angebot. Es knüpft an vorhandene Bewältigungsmöglichkeiten und Ressourcen der Teilnehmer an und fokussiert das Hier und Jetzt. Probleme, Störungen und Defizite werden nicht gezielt verändert, können sich aber durch diese stützenden Beziehungsräume und fördernden Angebote sehr positiv verändern.

Eine therapeutische Haltung in Singgruppen fokussiert also auch auf Probleme, Störungen und Defizite und deren Entstehungszusammenhänge und sucht deren gezielte Verbesserung. Das heilsame Singen kann bei entsprechender medizinisch-therapeutischer Qualifikation der Singleitung in Gesundheitseinrichtungen in ein therapeutisches Setting mit einem definierten Behandlungsrahmen mit entsprechender Diagnostik und Therapieplanung integriert werden.

2.6 Nebenwirkungen und Kontraindikationen

Durch den Bezug zur Musik und durch Anleitungen der SingleiterInnen werden den Gruppenteilnehmern Halt und Struktur gegeben, jedoch werden durch die Musik und die Anleitungen auch gruppenspezifische Momente hervorgerufen. Nonverbale spielerische Interaktionsgeschehen bergen „regressive Momente“ in sich, d.h. im Singen können sich vorsprachliche und damit möglicherweise auch frühkindliche Kontakt- und Beziehungserfahrungen vergegenwärtigen. Somit kann Vorbewusstes bewusstseinsfähig und traumatisches Material im Prozessgeschehen aktiviert werden – auch ohne es gezielt wie in Therapien zu adressieren.

Nachfolgend sollen unerwünschte Folgen beschrieben werden. Sie werden hier im Sinne eines möglichen Risikos als „Nebenwirkungen und Kontraindikationen“ beschrieben und im Rahmen der Singleiterausbildung thematisiert.

2.7.1 „Paradoxe Reaktion“

Als die Schwestern Schneeweißchen und Rosenrot einem Zwerg halfen, der mit seinem Bart in die Spalte eines Baumes eingeklemmt war, reagiert der Zwerg nicht dankbar, sondern brummte vor sich hin: „ungehobeltes Volk, schneidet mir ein Stück von meinem stolzen Barte ab! Lohn's Euch der Kuckuck!“ Damit schlang er seinen Sack auf den Rücken und ging fort, ohne die Kinder noch einmal anzusehen.“

In Rückgriff auf das Märchen von Schneeweißchen und Rosenrot können scheinbar positive Effekte durch das Singen von den Singgruppenteilnehmern als negativ und unheilsam bewertet werden und dürfen vom Singgruppenleiter in diesem Fall auch nicht umgedeutet werden.

Gerade beziehungs-traumatisierte Menschen können positive soziale Neuerfahrungen nicht ausreichend integrieren. So können auch „gute Gefühle“ von diesen sofort oder später als „befremdlich“ oder gar „bedrohlich“ bewertet werden und negative Seinszustände hervorrufen. Gemäß dem Grundsatz: „Die Dosis ist das Gift“/ „Viel hilft nicht (immer) viel“ kann es vorkommen, dass das Singen Teilnehmende in einer Weise ergreift, die diese zunächst nicht als hilfreich erleben. Bemerkbar macht sich, dass Teilnehmende dann mit diesen neuen Erfahrungen vorerst nicht umgehen können, so dass sich ihr Befinden durch das Singen verschlechtert und sie beim Singen gezielt in ihrem Sein und in Ich-Stärke gestützt werden müssen, um vom Singangebot profitieren zu können. Reagiert ein Patient in einem therapeutischen Kontext auf eine positiv intendierte Intervention mit Symptomverschlechterung, sollte die Möglichkeit einer „negativen therapeutischen Reaktion“ in Betracht gezogen werden. Hier handelt es sich möglicherweise nicht um ein Widerstandsphänomen, sondern um ein Sistieren oder sogar eine Verschlechterung der Symptomatik bei einer „scheinbar“ lege artis durchgeführten Therapie. Möglicherweise deutet dieses „Scheitern am Erfolg“ auf ein unbewusstes Konfliktgeschehen zwischen Individuation- Abhängigkeit im Sinne der operationalisierten Diagnostik⁸ oder auf eine Schutzreaktion angesichts von Vernichtungs- und Fragmentationsängsten bei eingeschränkten Ich-Funktionen⁹ hin.

2.7.2 Sirenen-Effekt

Laut Homer, der die älteste literarische Überlieferung der Sirenensage liefert, lockten die beiden auf einer Insel wohnenden Sirenen Seefahrer nicht nur durch ihre bezaubernde Stimme an, sondern vor allem durch ihre Fähigkeit, alles auf Erden Geschehende zu wissen und offenbaren zu können. Folgten die Seeleute ihnen auf die Insel, waren sie verloren und starben, vielleicht aufgezehrt vom Zuhören, ein Opfer ihrer Neugier. Odysseus wollte den Sirenen-Gesang aus

⁸ Siehe Arbeitskreis OPD (2006): *Operationalisierte Psychodynamische Diagnostik OPD-2. Das Manual für Diagnostik und Therapieplanung* Huber, Bern.

⁹ Rudolf (2006/2009): *Strukturbezogene Psychotherapie, Leitfaden zur psychodynamischen Therapie struktureller Störungen. Leitlinien Psychosomatische Medizin und Psychotherapie*, Schattauer, Stuttgart.

Neugier dennoch hören. Er ließ auf den Rat der Zauberin Kirke hin seinen Gefährten die Ohren mit geschmolzenem Wachs verschließen und sich selbst an den Mast des Schiffes binden. So konnte er den Gesang der Sirenen zwar vernehmen, die ihm bei einem kurzen Besuch die Zukunft mitzuteilen versprochen, aber als er hingerissen folgen wollte, banden die Gefährten seine Seile wie vorher ausgemacht noch fester. Außer Hörweite gekommen, verlor der Zauber seine Wirkung.

Als potentiell mögliche Nebenwirkung wird hier mit „Sirenen-Effekt“ beschrieben, wenn die Anregungen von außen durch die Gruppe und/oder den Anleitenden den Selbststand und die Eigenwahrnehmung von TeilnehmerInnen der Singgruppen zu stark und nachhaltig beeinflussen und so möglicherweise Abhängigkeiten entstehen, Grenzen zwischen Selbst und Anderen verschwimmen und das Heil im Außen gesucht wird und somit Individuation und (Selbst-)Transzendenz blockiert sind.

SingleiterInnen werden gezielt geschult, in ihre Anregungen bewusst „Freiheitsgrade“ einzubauen und TeilnehmerInnen ihrer Singgruppe für Selbstempfinden, Selbstwahrnehmung, Selbststeuerung und Beziehungsverantwortung zu sensibilisieren. Die Anleitungen der Weiterbildungsdozenten sollen als Modell dienen, wie über die Art und Weise der Singanleitung eine spürbewusste und achtsame Eigenregulation angeregt werden kann.

2.8 Kontraindikationen

Liegt bei Teilnehmenden von Singgruppen bekanntermaßen eine Ich-Schwäche vor – wie z.B. bei Menschen in akuten Psychosen oder mit posttraumatischen Belastungsstörungen nach ICD-10 der WHO - sollte das heilsame Potenzial des Singens in Frage gestellt und mögliche Risiken von therapeutisch-medizinischen Fachkräften eingeschätzt werden.

3. Definition, Ziele und Inhalte für die Zertifizierung

3.1 Definition des heilsamen Singens

Das heilsame Singen ist ein Prozessgeschehen, welches alle Teilnehmenden aktiv singend mitgestalten. Zum Klingen gebracht und kreativ ausgestaltet werden einfache Lieder aller Kulturen und Traditionen. In Texten und Tönen wird dem kreativen und spontanen Selbstaussdruck Raum gegeben. Aufgabe der Singleitung ist es, den Teilnehmenden einen sicheren Rahmen zu schaffen und zu einem spielerisch-musikalischen Miteinander anzuregen. Anregungen und Impulse der Singleitung beziehen sich nicht nur auf die musikalische und textliche Interpretation des Lieds. Auch Atem, Stimme und Körper können in den Aufmerksamkeitsfokus genommen werden. In dieser Weise wird das Singen als ein Erfahrungsraum und Erkundungsprozess verstanden. Singen als eine leibhaftige und sinnliche Erfahrung vertieft den Selbstkontakt. Der Fokus verschiebt sich von außen nach innen, adressiert das Erleben, die Resonanz Erfahrung als innere Antwort der Singenden. Da alle Beteiligten unmittelbar in das Prozessgeschehen eingebunden sind und sich aufeinander beziehen, können im Singen auch Kontakt- und Beziehungserfahrungen wahrgenommen und reflektiert werden.

Insgesamt geht es beim heilsamen Singen sich selbst als kreativer Mitgestalter und Mitsteuernder eines Gruppenprozesses und in Fürsorge für das eigene Wohl zu begreifen und entsprechend einzubringen und nicht primär um Ergebnisorientierung oder um Leistungsziele. Menschlichkeit zu leben wird hier als innere Orientierung (innerer Arzt) und heilsamer Impuls (Gesundheitserreger) verstanden.

3.2 Ziele und Inhalte der Weiterbildung

Die Weiterbildung zur SingleiterIn gemäß der Initiative „Singende Krankenhäuser e.V.“ stärkt eigene Resilienz und motiviert dazu, diese Erfahrung an andere weiterzugeben. Unser Ziel ist es, musikbegeisterte Menschen zu befähigen, selbständig, achtsam und verlässlich gesundheitsfördernde Singangebote und Freizeitaktivitäten auf Patienten abzustimmen und bestehende Behandlungsmöglichkeiten zu erweitern. Die Ausbildungsmodule der Initiative vermitteln methodisches Handwerkszeug und theoretische Grundlagen zur Singgruppenarbeit. Sie werden interdisziplinär von Musik- und Psychotherapeuten, Gesangs- und Stimpädagogen entwickelt und fortlaufend evaluiert. Neben der Vermittlung von Liedrepertoire sind Stimmbildung, Wissen über musikalische Wirkfaktoren, Ansätze zur Affekt- und Beziehungsregulation sowie gruppenspezifische Aspekte wichtige Ausbildungsinhalte. Das „heilsame Singen“ begegnet Krankheit, Störung und Defizit, indem es einen Zugang zu universellen Erfahrungen, Kulturschätzen und Heiltraditionen eröffnet. Leitfrage ist, wie das Singen auf

die Bedürfnisse spezieller Behandler- und Patientengruppen abgestimmt werden und Raum für Wachstum, Lebensfreude und Sinnorientierung geben kann.

Singleiter werden in den Weiterbildungen für die Entwicklung und Stärkung von Selbstregulationskompetenz sensibilisiert. In den Ausbildungsmodulen wird vermittelt, warum und wozu Selbstregulation wichtig ist und wie sie in der Singgruppensituation methodisch umgesetzt werden kann. Grundlage sind die hier formulierten Leitlinien (siehe 5), die auch in einem sogenannten „Beipackzettel zum heilsamen Singen“, (Wünnenberg 2012) ausgearbeitet wurden.

Zur Vorbeugung möglicher „Nebenwirkungen“ durch das Singen werden die SingleiterInnen in der Ausbildung im Umgang mit Kritik und in der Anwendung von Konflikt- und Kommunikationstechniken geschult sowie in die Durchführung von „Erste Hilfsmaßnahmen“ bei körperlichen wie psychischen Krisen eingeführt (siehe unter 4.2.4).

3. 3 Weiterbildungsvoraussetzungen und Singleiterkompetenzen

Grundlage der Tätigkeit als SingleiterIn sind musikalische Fähigkeiten, insbesondere eine sichere Singstimme sowie die Fähigkeit, eine elementare instrumentale Singbegleitung – vorzugsweise mittels Gitarre, Ukulele, Trommel – oder eine Begleitungen über Tasteninstrumente zu gestalten. Darüber hinaus sind emotionale und soziale Kompetenzen notwendig. Diese zeigen sich in der Bereitschaft, in einen spielerischen Dialog mit den Singgruppen-TeilnehmerInnen zu gehen und dabei die eigene Aktivität in der Anleitungsposition zu regulieren und sich (kritischen) Rückmeldungen zu stellen. Beim Singen mit Patienten mit psychischen Störungen wird eine medizinisch-therapeutische Grundausrichtung vorausgesetzt – oder aber eine Co-Leitung zwischen Fachkräften des Gesundheitszentrums und eines externen Singleiters erwartet. Um das heilsame Singen in therapeutische Angebote zu integrieren bzw. bestehende therapeutische Angebote über das heilsame Singen auszuweiten, werden ausgebildete Therapeuten in ausgewiesenen Modulen der Ausbildung oder über Inhouse-Schulungen weitergebildet. Bei nachgewiesener Qualifikation kann die Pflichtanzahl der Weiterbildungsmodulen für eine Zertifikatsübergabe von fünf auf mindestens zwei Module reduziert werden. Die Referenten der Weiterbildungsmodulen verpflichten sich, die vermittelten Inhalte an hier formulierten Leitlinien sowie am Auftrag und den Visionen der Initiative „Singende Krankenhäuser e.V.“ auszurichten, diese Inhalte nach bestem Wissen und Gewissen zu vertreten und dabei als SingleiterInnen Vorbildfunktion zu übernehmen. Die Teilnehmenden der Ausbildung bemühen sich durch aktive Teilnahme an der Weiterbildung, den Konferenzen sowie der Rezeption aktueller Erkenntnisse zur Sing- und

Gesundheitsforschung ihre theoretische und methodische Kompetenz weiterzuentwickeln. Die SingleiterInnen sind bereit, Selbsterfahrung in den Weiterbildungsmodulen zu sammeln..

3.4 Das Zertifikat „SingleiterIn des heilsamen Singens“

Der erfolgreiche Abschluss der Weiterbildung zur SingleiterIn wird mit einem Zertifikat dokumentiert und berechtigt dazu, sich „Singleiter/in des heilsamen Singens“ gemäß der Initiative „Singende Krankenhäuser e.V.“ zu nennen.

Nach Verleihung des Zertifikats übernimmt die Initiative keine systematische Evaluation der ausgebildeten SingleiterInnen und verzichtet auf Re-Zertifizierungen.

Mit der Zertifizierung verpflichten sich die SingleiterInnen zur Einhaltung der in den folgenden Abschnitten aufgeführten Leitlinien für zertifizierte SingleiterInnen. Darüber hinaus bleiben sie den Richtlinien eigener Fach- und Berufsverbände verpflichtet. Auch kooperative Einrichtungen und Kooperationspartner werden über die Leitlinien der Initiative informiert und stimmen diesen schriftlich im Rahmen eines Kooperationsvertrags zu.

Zertifizierten Singleitern wird über den Verein „Singende Krankenhäuser e.V.“ eine gruppenvertraglich geregelte Haftpflichtversicherung angeboten.

4. Funktion und Geltungsbereich der Leitlinien für zertifizierte SingleiterInnen

Die nachfolgenden Leitlinien ergänzen die Satzung des Vereins „Singende Krankenhäuser e.V.“. Darüber hinaus sind sie Grundlage der Inhalte der Weiterbildungen des Vereins.

4.1 Unterstützungskultur: Leitlinien als Wachstumsziele

Im Sinne einer Unterstützungskultur stellt die Initiative nachfolgende Angebote für die Entwicklung dieser sozial-emotiven Kompetenzen für (angehende) Singleiter, Singgruppenteilnehmer und Mitglieder des Vereins zur Verfügung:

- Supervision durch Weiterbildungsbeauftragte, Vorstand und/oder einen externen Supervisor (auch im Sinne eines „Ethikbeauftragten“)
- Persönlichen Austausch unter SingleiterInnen in Form von Regionaltreffen und Singpatenschaften
- Weiterqualifikationsangebote über Jahreskonferenzen, die Tagungsbände und sonstige Publikationen sowie über den internen Mitgliederbereich der Homepage
- Hospitationen bei zertifizierten SingleiterInnen

Darüber hinaus bietet das Netzwerk der Initiative seinen Mitgliedern Mitarbeit im Bereich Forschung, Weiterbildung, Seminar- und Referententätigkeit an sowie Betreuung wissenschaftlicher Arbeiten, die die Integration des heilsamen Singens in das Gesundheitswesen fördern.

4.2 Leitlinien

Die Leitlinien formulieren Wachstumsziele. Die darin angesprochenen sozial-emotionalen Kompetenzen werden als Ergebnis lebenslangen Lernens aufgefasst.

Aufgabe und Funktion der Leitlinien ist SingleiterInnen wie GruppenteilnehmerInnen eine Orientierung zu geben, was unter dem „heilsamen Singen“ verstanden wird. Die Leitlinien sollen wechselseitig verantwortungsvolles Miteinander im Singgruppenkontext fördern und dessen kritische Reflexion unterstützen. Sie sollen allen Beteiligten Handlungsorientierung geben und vor unethischem Verhalten schützen

4.2.1 Achtsamkeit, Würde und Transparenz

Die SingleiterInnen sehen die Einzigartigkeit jedes Menschen, begegnen dem momentanen Befinden und Handeln jedes Einzelnen mit Offenheit, Respekt und Empathie.

Die SingleiterInnen distanzieren sich von Äußerungen und Handlungen, welche die Würde des Menschen verletzen und schützen Gruppenteilnehmer vor Diskriminierung aufgrund des Geschlechtes, der Rassen-, Klassen- und Schichtzugehörigkeit, religiöser Ausrichtung,

sexueller Ausrichtung oder Nationalität ebenso wie aufgrund von bestimmten Erkrankungen oder anderer Einschränkungen.

Ihre eigenen Ansichten und Überzeugungen vertreten sie in transparenter Weise im Sinne eines persönlichen Bekenntnisses.

4.2.2 Verlässlichkeit, Integrität, Umgang mit Kritik und Zuwendungen

SinggruppenleiterInnen sind in der Lage, Informationen über die Zielsetzung, methodischen Ansätze, Wirkungsweisen und möglichen Nebenwirkungen und Kontraindikationen des heilsamen Singens zu geben. Sie orientieren sich dabei an den in der Ausbildung zur Verfügung gestellten Materialien der Initiative¹⁰.

SingleiterInnen verpflichten sich bei ihren Angeboten für sichere Rahmenbedingungen zu sorgen. Dies bedeutet einen klaren Veranstaltungsrahmen und verbindliche Gruppenabsprachen zu treffen. Bei Beeinträchtigung der eigenen Erlebnis- und Handlungsfähigkeit, z.B. im Fall einer Krankheit oder bei Befangenheit verpflichten sich SingleiterInnen dazu, angemessene Vorkehrungen zu treffen und suchen bei Bedarf Hilfe und Unterstützung auch außerhalb des Netzwerks.

Die SingleiterInnen bemühen sich in ihrer Rolle als Singanleiter und Dialogbegleiter, klar und aufrichtig zu kommunizieren, mit der Bereitschaft zuzuhören und empathisch zu handeln. Sie sind nach Absprache eines geeigneten Gesprächsrahmens auch außerhalb der Singgruppenzeit bereit für Rückmeldungen und Klärung von Konflikten innerhalb der Singgruppe. Sie tragen Verantwortung für ihre Handlungen und Fehler. Dabei öffnen sie sich für konstruktive Kritik und bieten anderen in achtsamer und angemessener Weise Rückmeldung an, um jeden imWachsen zu fordern und dabei zu unterstützen. Die Singleiter tun dies in dem Bewusstsein, dass alles, was sie außerhalb von sich sehen – jedwede Kritik, Ärger oder Beurteilungen – ebenso Spiegelungen davon sein können, was in ihnen selbst ist. Sie bemühen sich, dies erst in sich anzuschauen, bevor sie es anderen vorhalten und wünschen sich diese Bereitschaft auch von den Singgruppenteilnehmern.

Grundsätzlich gilt, dass die Teilnahme an Singgruppen selbstverantwortlich erfolgt und Singleiter keine rechtsverbindlichen Aufträge erfüllen. Die Singgruppenleitung befindet sich jedoch in „tonangebender“ Position. Dies darf zu keinem Zeitpunkt dazu führen, dass der Leiter seinen temporären Einfluss gegenüber der Singgruppe missbräuchlich einsetzt, so dass die wechselseitige Beziehungs- und Bedürfnisregulation nachhaltig gestört oder verhindert wird. SingleiterInnen orientieren ihre Haltung und ihr Handeln an den Grundsätzen einer praktischen Ethik gemäß der „Goldenen Regel“ (siehe unter 2.3).

¹⁰ Siehe hierzu auch: „Das Potential des heilsamen Singens. Singend gesunden. Forschungs-Praxis-Perspektiven“, hrsg. im Auftrag der Singenden Krankenhäuser e.V. 2012, 2. Auflage 2016 in Form eines Handbuchs in Vorbereitung.

Die SingleiterInnen distanzieren sich von der Annahme von Zuwendungen finanzieller oder sonstiger materieller Natur, die nicht leistungsangemessen sind. Die Singgruppenleiter schützen die besondere Beziehung zwischen Singgruppenteilnehmern und Leitung der Gesundheitseinrichtung, indem sie eigene Bedürfnisse emotionaler, sexueller, wirtschaftlicher und sozialer Art reflektieren – insbesondere auch dann, wenn hierzu ein bewusstes Angebot seitens eines Gruppenteilnehmers erfolgt.

Aufgrund des sinnhaften Tuns und des unmittelbaren Stimmkontakts können körperlich-emotionale Anziehungen und ein unbewusstes Beziehungsgeschehen zwischen SingleiterIn und Gruppe sowie den SingteilnehmerInnen untereinander begünstigt werden. Da sie auf andere Wege und Weise möglicherweise nicht zustande gekommen wären, sind sie in erster Linie als Nährboden für vertieften Selbstkontakt hilfreich. Die Aufnahme von Liebesbeziehungen und Partnerschaften sollte den spezifischen Kontext ihres Zustandekommens mitberücksichtigen. Im therapeutischen Rahmen ist das Eingehen von exklusiven Beziehungen und sexuellen Handlungen zwischen Behandlern und Patienten ein justiziables Vergehen.

4.2.3 Spielerischer Dialog, therapeutisches Potential, Deutungshoheit

SingleiterInnen verstehen sich als Spielanleiter und Dialogbegleiter. Sie folgen nicht der Idee, von außen zu heilen, sondern verstehen das Singen als Medium zur Innenorientierung (innerer Arzt) und Impulsgeber für Selbstheilungskräfte (Gesundheitserreger). SingleiterInnen distanzieren sich somit von Heilsversprechungen, formulieren „heilsames Singen“ als wechselseitigen, ergebnisoffenen Prozess der Gesundheitsfürsorge und Krankheitsbewältigung.

Im Sinne eines „positiven“ Menschenbilds folgen sie der Grundannahme, dass jedem Menschen ein innengeleiteter intuitiver Zugang zum Heilsamen wie zu seiner persönlichen Berufung im Sinne eines „wahren Selbst“ innewohnt.

Ihre Angebote und Anleitungen stützen erfahrungsgeleitetes Lernen und fördern Selbstwahrnehmung, Selbststeuerung, Dialogfähigkeiten und Beziehungsverantwortung. Über die Grundhaltung „Es gibt keine Fehler, nur Variationen“ (Wolfgang Bossinger, Initiator des Netzwerks, 2009) soll spielerisch-musikalisches Miteinander ermöglicht werden, Vertrauen und Offenheit gestärkt und somit Erkundungsverhalten (Exploration) und Probehandeln in der Singgruppe gefördert werden.

SingleiterInnen und TeilnehmerInnen begegnen sich auf Augenhöhe. Das Deutungsrecht über das Prozessgeschehen erfolgt gleichberechtigt-partnerschaftlich. Es geht in der Rolle des Singleiters niemals um die Durchsetzung persönlicher Vorstellungen und Interessen, sondern um den offenen Austausch von subjektiven Perspektiven, so dass der Dialog zwischen der SingleiterIn und den TeilnehmerInnen auf beiden Seiten Wachstumsprozesse anregen kann.

4.2.4 Umgang mit Kritik und Krisen (Suizidalität)

Jede(r) Singleiter/in verpflichtet sich, sich stets für das Wohl und das persönliche Wachstum der Singgruppenteilnehmer einzusetzen und bewusst und verantwortungsvoll sich selbst und den Teilnehmenden gegenüber zu handeln und sich bei Bedarf Unterstützung innerhalb des Netzwerks und der Gesundheitseinrichtung zu holen (Supervision etc., siehe Unterstützungskultur unter 4.1).

SinggruppenteilnehmerInnen können (insbesondere als PatientInnen) situativ in Dysbalancen geraten und sich dann ggf. nicht ausreichend eigenständig regulieren. SingleiterInnen sind daher herausgefordert, die individuellen Möglichkeiten und Grenzen der Teilnehmenden bestmöglich zu gewährleisten und über Gruppenregeln einen Schutzraum zu schaffen und auf kritische Rückmeldungen der TeilnehmerInnen einzugehen.

SingleiterInnen erklären sich bereit, Menschen, die in Not sind, ein transparentes und verlässliches Beziehungsangebot zu machen. Diese Kompetenzen werden in ausgewiesenen Modulen in der Weiterbildung der „Singenden Krankenhäuser e.V.“ vermittelt. Unter „Erste Hilfe“ sind von jedermann durchzuführende Maßnahmen gemeint, die menschliches Leben retten und Gefahren oder Gesundheitsstörungen bis zum Eintreffen professioneller Hilfe (Arzt, Rettungsdienst) abwenden oder mildern. Dazu gehören insbesondere das Absetzen eines Notrufs, die Absicherung der Unfallstelle und die Betreuung der Verletzten. Diese Maßnahmen umfassen auch Empfehlungen für den Umgang mit Krisen sowie Anleitungen zu Erste Hilfe Maßnahmen bei körperlichen wie psychischen Krisen (wie z.B. elementare Regulationsfähigkeiten des Körpers und verbale Re-Orientierung bei Angstzuständen, dissoziativen Zuständen bzw. emotionaler Überflutung). Ebenso wird den zertifizierten SingleiterInnen eine Anleitung an die Hand gegeben, wann, wo und mit wem eine weitere Abklärung der Beschwerden sowie eine fachgerechte Behandlung stattfinden kann. Die letzte Verantwortung, sich bis zum Moment des Eintreffens von fachlicher Hilfe eigenständig zu stabilisieren sowie Krisenzustände während der Singgruppe zu verhindern, liegt jedoch beim Betroffenen selbst.

Suizidalität zu erkennen, abzuklären sowie Non-Suizid-Verträge abzuschließen liegt nicht im Kompetenz- und Verantwortungsbereich der Singleiter/innen, sondern bei den Institutionen selbst. SingleiterInnen sind lediglich verpflichtet, die von Teilnehmenden explizit ausgesprochene Suizidgefährdung als Information an die Institution bzw. an eine Kontaktpersonen gemäß der Vorabsprachen weiterzugeben und in diesem Falle bis zum Eintreffen von Fachpersonal bei den Betroffenen zu verbleiben.

4.2.5 Übergabe und Zusammenarbeit mit Institutionen

Singleiter tragen dafür Sorge, dass in der Gesundheitseinrichtung, in der das Singgruppenangebot stattfindet, genaue und verbindliche Absprachen getroffen werden, um Verantwortlichkeiten zu klären.

Hier geht es insbesondere um die Frage, wer/wann/wo zur Verfügung steht, um bei körperlichen oder psychischen Krisen eines Singgruppenmitglieds Hilfe und Unterstützung von Fachpersonal zu bekommen. Zur Klärung dieser Verantwortlichkeiten und Haftungsfragen nutzen Sie den Vordruck „Verantwortlichkeiten klären“ im Mitgliederbereich der Homepage.

Die SinggruppenleiterInnen begegnen allen Kollegen mit Respekt, üben keine unsachliche Kritik an deren Berufsausübung und enthalten sich diskriminierender Äußerungen. Sie achten darauf, dass interkollegiale Konflikte fair und ohne Machtmissbrauch ausgetragen werden. Diese wertschätzende Haltung gilt auch gegenüber allen bestehenden Präventiv- und Therapiemethoden.

Bei Beeinträchtigung der eigenen Erlebnis- und Handlungsfähigkeit, z.B. im Fall einer Krankheit oder bei Befangenheit, trifft die Singleitung angemessene Vorkehrungen.

4.2.6 Schweigepflicht und Datenschutz

Die Singgruppenleitung behandelt Informationen über Personen und Institutionen, die sie im Zusammenhang mit ihrer beruflichen Tätigkeit erhält, vertraulich.

Die Weitergabe von Informationen ist nur statthaft, wenn sie im Interesse der Betroffenen und mit deren ausdrücklicher Einwilligung geschieht.

Ist die Weitergabe von Informationen durch gesetzliche Bestimmungen vorgeschrieben und/oder durch eine zuständige Behörde angeordnet worden, muss dies den betroffenen Personen unter Angabe von Grund und Inhalt der Information mitgeteilt werden.

Video- und Audio-Aufnahmen z.B. für Supervisions- bzw. Forschungszwecke dürfen nur mit vorheriger schriftlicher Zustimmung der Singgruppenteilnehmer gemacht werden.

Die Singgruppenleitung sorgt dafür, dass alle Dokumente, die vertrauliche Informationen enthalten, vor dem Zugriff Dritter geschützt werden.

Im Übrigen gelten die Regeln der auf das Tätigkeitsfeld bezogenen Fach- und/oder Berufsverbände.

4.2.7 Forschungsvorhaben und Verwendung geistigen Eigentums

Forschungsvorhaben, die heilsames Singen als Teil der Forschung enthalten, können nur mit Zustimmung des Vorstands und des Ethikrates durchgeführt werden.

Auch gehört es zu den ethischen Verpflichtungen eines Mitglieds des Vereins das geistige Eigentum (z.B. Forschungsideen, -ergebnisse und -arbeiten) eines anderen zu achten und bei erlaubter Verwendung zu kennzeichnen.

5. Verfahren und Konsequenzen bei Missachtung der Leitlinien

5.1 Orientierung an den Leitlinien für angehende SingleiterInnen

Die Weiterbildungsleiter verpflichten sich, bei fragwürdiger Eignung zum Singgruppenleiter dies unmittelbar und persönlich rückzumelden und in Weiterbildungsmodulen Raum für persönliche Fragen, Fallbesprechungen und Probeanleitungen zu geben.

5.2 Orientierung an den Leitlinien für Vorstand, zertifizierte SingleiterInnen und Mitglieder des Vereins „Singende Krankenhäuser e.V.“

Singende Krankenhäuser kooperiert mit externen, von der Initiative unabhängigen Supervisoren. Im Sinne von Ethikbeauftragten werden die externen Supervisoren schriftlich über die Leitlinien der Initiative informiert und erklären sich bereit, diese zu vertreten. Um mit Hinweisen auf Missachtung angemessen umzugehen, werden von der Initiative unabhängige Supervisoren als Ethikbeauftragte eingesetzt. Die externen Supervisoren geben bei Fragen und Problemen Orientierung und stellen den Dialog in den Vordergrund. Grundsätzlich sind sie gegenüber Dritten zum Schweigen verpflichtet. Die externen Supervisoren dürfen bei Bedarf jedoch externe juristische oder kollegiale Hilfe in Anspruch nehmen und arbeiten auch in Kooperation mit dem Netzwerk „Vergebung und Versöhnung“, begründet 2011 durch Dr. Konrad Stauss.

Über diesen Externen sollen Singgruppenteilnehmer wie -leiter Hilfe, Klärung, Beratung und Unterstützung erhalten. Angesprochen werden dürfen alle fragwürdigen Situationen, die man selbst erfahren hat und/oder fragliche Grenzüberschreitungen, durch die man selbst und/oder Andere in Bedrängnis geraten sind.

Ethikbeauftragte sind auch Ansprechpartner für SingleiterInnen, die wegen möglicher Grenzüberschreitungen im Prozess der Singgruppen in Bedrängnis geraten sind oder sich selbst in einer ethisch fragwürdigen Situation befinden oder von möglicherweise fragwürdigem Verhalten einer SingleiterIn erfahren haben.

Bei einem Klärungsanliegen erarbeitet der Supervisor nach Anhörung beider Seiten eine Vorgehensweise zur Bearbeitung der Beschwerde. Dabei könnte es sich um das Angebot einer Mediation handeln. Geht es um die Erarbeitung von Sanktionen, die vom Aussprechen einer Verwarnung über befristete oder dauerhafte Suspendierung aus dem Verein und/oder Aberkennung der Zertifizierung durch die Zertifizierungsstelle bis hin zur Strafanzeige reichen könnten, muss eine Ethikkommission aus mindestens 3 Supervisoren gebildet werden. Die Kommission entscheidet mit einfacher Mehrheit, wobei mindestens drei Mitglieder beteiligt sein müssen. Wird von einer der beteiligten Parteien der Verdacht der Befangenheit eines Kommissionsmitglieds vorgetragen, entscheidet der Vorstand des Vereins „Singende Krankenhäuser e.V.“ über den Befangenheitsantrag. Bei Befangenheit eines Mitgliedes tritt ein/e Vertreter/in in Funktion.

Die erarbeiteten Sanktionen werden dem Vorstand zur Durchführung empfohlen.
Es bleibt dem Vorstand vorbehalten, über den Vorgang die berufsständischen Kammern zu informieren.

Anfallende Kosten sind mit der Geschäftsführung des „Singende Krankenhäuser e.V.“ zu klären – es besteht jedoch kein grundsätzlicher Anspruch auf Leistungsübernahme seitens der Initiative.

6. Beipackzettel zum heilsamen Singen

Um das Singen ins Gesundheitssystem zu integrieren und das Fachpersonal aufmerksam zu machen, greift „Singende Krankenhäuser“ die Sprache der Medizin auf und erweitert diese. So wird Singen als „Gesundheitserreger“ bezeichnet, Krankenhäuser in „Gesundungshäuser“ umbetitelt.

Anbei werden die wichtigsten Prinzipien des heilsamen Singens zusammengefasst und als ein „Beipackzettel“ dargereicht. Wie der Beipackzettel in der Medizin soll hiermit zielgruppenübergreifend der Informationspflicht nachgekommen werden und bei Singleleiterinnen und Teilnehmern sowie Fachkräften des Gesundheitssystems eine Hilfe an die Hand gegeben werden, Ursachen und Folgen einer Singerfahrung einzuschätzen, die als „unheilvoll“ erscheint oder wahrgenommen wird. In seinem Aufbau und seiner Sprache orientiert er sich an den üblichen Beipackzetteln unseres Gesundheitssystems, versucht jedoch auch das positive Potential des Singens herauszustreichen.



Informationen
zum heilsamen Singen

gemäß der internationalen gemeinnützigen Initiative „Singende Krankenhäuser e.V.“

Die Initiative „Singende Krankenhäuser“ hat sich zur Aufgabe gemacht, die heilsame Wirkung des Singens in das Gesundheitssystem zu integrieren. Dies umfasst auch das Angebot von Singgruppen, die unter der Leitung zertifizierter Singleleiter/innen stattfinden.

Das Singen gemäß den Leitlinien der Initiative Singende Krankenhäuser e.V. wird als „Gesundheitselixier“ verstanden. Die nachfolgenden Informationen sind wie ein „Beipackzettel“ konzipiert, um das Potential und die Grenzen dieses Gesundheitselixiers zu beschreiben.

Bitte lesen Sie dieses Informationsblatt sorgfältig durch, wenn Sie eine fachliche Information zum „heilsamen Singen“ gemäß den Leitlinien der Initiative „Singende Krankenhäuser e.V.“ benötigen oder eine Singerfahrung reflektieren möchten.

Wir freuen uns auf Ihre Rückmeldungen. Falls Sie Kontakt mit unserer Initiative aufnehmen wollen, oder Rat oder Hilfe benötigen, wenden Sie sich bitte an:

Geschäftsstelle Singende Krankenhäuser e.V.

kontakt@singende-krankenhaeuser.de

www.singende-krankenhaeuser.de

Singen ist wie ein Gesundheitselixier und seit jeher und für alle Zeiten ohne Verschreibung für uns Menschen jederzeit zugänglich. Es genügt, die eigene Stimme zu erheben ☺

Der Beipackzettel beinhaltet:

1. Was ist das heilsame Singen und wofür wird es angewendet?
2. Wie können Sie selbst das Singen heilsam dosieren?
3. Welche Risiken sind möglich?
4. Welche Wirkfaktoren werden angenommen?
5. Wie gilt es das Singen zu bewahren bzw. die Materialien des heilsamen Singens aufzubewahren?
6. Weitere Informationen



Für weitere Informationen siehe unter www.singende-krankenhaeuser.de sowie im Handbuch des heilsamen Singens (2015) hrsg. im Auftrag der „Singenden Krankenhäuser e.V.“



Wirkstoff:

Singen als heilsame Kraft gemäß der Vision und dem Auftrag der internationalen gemeinnützigen Initiative „Singende Krankenhäuser e.V.“

1. Was ist das heilsame Singen und wofür wird es angewendet?

Das heilsame Singen greift zurück auf die Lieder aller Kulturen und Traditionen. Es setzt keinerlei Kenntnisse voraus und ist spielerisch-erkundend angelegt. Es verbindet unsere Stimme mit Musik, Bewegung und Tanz. Körper, Seele und Geist klingen beim Singen an. Die Singgruppen eröffnen auch vielfältige Kontakt-, Begegnungs- und Gemeinschaftserfahrungen. Singen kann als ein Königsweg zur Selbstregulation und Selbstregulation verstanden werden und die Resilienzkraft des Menschen entfalten, sofern das Singen in gegenseitigem Einverständnis erfolgt und die Art und Dosierung für die Beteiligten „wesensgemäß“ sind. Die Grundannahmen und die Implikationen für die Theorie und Methodik des heilsamen Singens werden in den Leitlinien der Initiative formuliert.

Anwendungsgebiete:

Die Anwendung des heilsamen Singens nach Theorie & Methodik der „Singenden Krankenhäuser e.V.“ wurde interdisziplinär entwickelt und beruht auf praktischer Erfahrung ebenso wie wissenschaftlichen Erkenntnissen.

Zu den Anwendungsgebieten gehören:

- alle akuten Krankheiten und/oder Störungen des Menschen
- alle aufkommenden Beeinträchtigungen auf körperlicher, seelischer und/oder geistiger Ebene

Das heilsame Singen ersetzt nicht, unterstützt jedoch jede primäre Therapie/Behandlung und kann vor allem auch zur Prävention und Gesundheitsfürsorge wirkungsvoll eingesetzt werden.

Wechselwirkungen mit anderen heilsamen Angeboten

sind erwünscht ☺

2. Wie können Sie selbst das Singen heilsam dosieren?

Die Teilnahme am heilsamen Singen bedarf keiner musikalischen oder sängerischen Vorbildung, die Gruppe wird Sie in Ihrem Singen stützen und beflügeln. Singen Sie auch außerhalb dieser Gruppenangebote nach Herzenslust und so oft es Ihnen danach ist. Vor allem spontanes eigenständiges Singen (unter der Dusche, in der Familie, auf dem Weg zur Arbeit etc.) kann sehr heilsam wirken. Offizielle Singgruppen werden üblicherweise wöchentlich mit 1-2 Stunden Dauer

angeboten. Genießen Sie Ihren Zugewinn an Mut, Hoffnung, Lebensfreude und Kraft sowie ggf. das Nachlassen Ihrer Beschwerden und singen Sie weiter.

Anregungen zur Feinabstimmung der Dosierung:

Im Sinne einer gelingenden Selbstfürsorge können Sie immer mit dazu beitragen, dass das Angebot für Sie möglichst heilsam ist.

Erlauben Sie sich in den Singgruppen da zu sein, wie Sie gerade gestimmt sind – mit Ihrer Offenheit ebenso wie mit Ihren Widerständen. Lassen Sie diese individuellen Reaktionen auf das heilsame Singen wie eine „innere Antwort“ zu: Beobachten Sie diese, gestehen Sie sich zu, ohne sich dafür zu verurteilen. Wenn Sie Ihrer Wahrnehmung nicht trauen oder Ihre Reaktionen nur schwer aushalten können, holen Sie sich Rückmeldungen, wie andere Teilnehmer das Singen erleben. Am Ende jedes Liedes darf es eine spontane „Rückmelderrunde“ geben. Sie beeinträchtigen niemanden, wenn Sie Ihre momentane Reaktion auf die Singerfahrung als eine *persönliche* (nicht verallgemeinernde!) Erfahrung äußern.

Gemeinsam zu singen birgt die Chance neue Erfahrungen zu machen, die Veränderungen anregen. Dagegen steht die Tendenz, alte Muster beizubehalten, selbst wenn diese schaden - möglicherweise da sie vertrauter sind als neue.

♪ Beachten Sie Ihr Bedürfnis nach Kontrolle/Orientierung vs. Anregung/Wandel. Greifen Sie die Singangebote und Anregungen der Singleitung so auf, dass es Ihrem momentanen Bedürfnis nach Vertrautem vs. anregendem Neuem entspricht und es sich für Sie gut anfühlt.

Erlauben Sie sich um mehr Halt und Orientierung bei der Singleitung zu bitten, falls Sie sich durch die Angebote in der Singgruppe über einen längeren Zeitraum irritiert und/oder unsicher fühlen.

Bitten Sie um Abwechslung in den Inhalten und Vorgaben der Singleitung oder variieren Sie eigenständig diese Angebote, falls Ihnen bestehende Strukturen und Vorschläge zu einseitig erscheinen oder diese Ihre Möglichkeiten dauerhaft begrenzen.

♪ Beachten Sie ihr Bedürfnis nach Introversion vs. Extroversion. Beteiligen Sie sich an den Singangeboten möglichst so, dass es Ihrem momentanen Bedürfnis, „ganz bei Ihnen zu sein“ oder aber „aus sich selbst herauszugehen“ entspricht und sich gut für Sie anfühlt. Erlauben Sie sich immer und zu jedem Zeitpunkt emotionale Berührtheit. Lassen Sie diese zu und drücken Sie diese auf Ihre Art und Weise aus. Ziel einer Singgruppe ist es nicht, dass Sie sich von Gefühlen überflutet oder Empfindungen gepeinigt fühlen. Die Singleitung ist im Sinne einer „Ersten Hilfe“ ausgebildet, Ihnen bei überwältigenden Gefühlen, Erregungszuständen, innerem Erstarren, Ohnmachts- oder Unwirklichkeitserleben hilfreich zur Seite zu stehen und fachgerechte Unterstützung anzufordern.

♪ Beachten Sie Ihr Bedürfnis nach Nähe vs. Distanz. Stimmen Sie in die Singangebote und Anregungen der Singleitung möglichst so ein, dass es sich für Sie gut anfühlt.

Erlauben Sie sich Kontakt zu anderen zu suchen, wenn Sie sich isoliert fühlen. Erlauben Sie sich auszuprobieren, ob Ihnen dann klangliche Einbindung, körperliche Berührung oder ein Wortwechsel in der Singgruppe helfen.

Erlauben Sie sich aus der Gruppe herauszutreten, falls Sie Abstand und Schutz brauchen, z.B. indem Sie einen selbstgewählten Platz im Raum aufsuchen.

♪ Beachten Sie Ihr Bedürfnis nach Bindung vs. Eigenständigkeit. Lassen Sie sich auf das Singangebot und Anregungen der Singleitung so ein, dass es Ihrem momentanen Bedürfnis nach Individualität oder Gemeinschaftserleben entspricht und sich gut für Sie anfühlt.

Erlauben Sie sich vielfältige „Variationen“ während des Singangebots, d.h. sich anders zu geben und zu erleben als andere. Holen Sie sich die Erlaubnis von der Singleitung/Mitsänger(innen), falls Sie diese Freiheit noch nicht aus sich selbst heraus spüren.

Erlauben Sie sich Nachahmung bzw. integrieren Sie sich in die Gruppe. Bitten Sie um Anpassung und Einbindung, falls Sie Gruppenzusammenhalt entbehren und/oder aus der Gemeinschaft herauszufallen drohen.

Wichtig: Sie dürfen beim Singen jederzeit eine Pause machen und auch ggf. den Raum verlassen. Treten Sie am Ende der Singgruppe doch bitte wieder in die Gemeinschaft zurück oder gehen Sie in Kontakt mit der Singgruppenleitung, um Ihre

Befindlichkeit zu klären. Verabreden Sie ggf. ein Zeichen, um Ihr Bedürfnis nach Unterstützung/Rückzug zu kommunizieren. Idealerweise steht Ihnen bei Bedarf neben der Singgruppenleiter/in eine zweite Ansprechperson zur Verfügung.

Grundsätzlich gilt: Die Steuerung der Dosis obliegt in erster Linie dem Teilnehmenden. Der Singleiter ist erst aufgrund der offenen Rückmeldungen der Teilnehmer herausgefordert, die individuellen Möglichkeiten und Grenzen der Teilnehmenden, bestmöglich zu gewährleisten. **Suchen Sie das persönliche Gespräch am Anfang/Ende der Singgruppe, wenn Sie selbst keinen Ansatzpunkt finden.**

Da das heilsame Singen kein Therapieangebot ist, bedarf es Dritter für jegliche therapeutische Intervention, um gezielt Kontakt- und Resonanzfähigkeiten Einzelner zu erweitern und „Störungsmuster“ zu bearbeiten.

Wenn Sie die Teilnahme an einer Singgruppe vergessen haben und/oder verhindert waren/ sind:

Freuen Sie sich auf ein Wiedersingen. Ein Neubeginn ist zu jeder Tages- und Nachtzeit möglich.

3. Welche Risiken sind möglich?

 Das Singen ergreift Sie in einer Weise, die Sie zunächst nicht als hilfreich erleben. Sie können mit diesen neuen Erfahrungen vorerst nicht umgehen, so dass sich Ihr Befinden kurzfristig durch das Singen verschlechtert.

 Das Gruppengeschehen oder die Singgruppenanregungen führen dazu, dass Sie langfristig Ihren Selbststand (eigene Perspektive) verlieren oder aufgeben, so dass Ihre Selbstregulation und Selbstorganisation manipuliert oder deformiert wird und durch das Singen dauerhaft Abhängigkeiten entstehen.

4. Folgende angenommenen Wirkfaktoren enthält das heilsame Singen:

- Förderung von organischer Selbstregulation über Atmung, Stimmausdruck und Bewegungsimpulse
- Förderung von Steuerungsfähigkeiten wie Selbstempfindungen, Selbstwahrnehmung, Selbstaussdruck
- Förderung von Dialogfähigkeiten wie Schwingungs- und Resonanzbereitschaft und Differenzierung sowie Erweiterung von Ausdrucksmöglichkeiten und Kommunikation
- Förderung von Persönlichkeitsentfaltung und Erweiterung des individuellen Erlebens- und Handlungsspektrums
- Förderung von Selbstfürsorge und Beziehungsverantwortung

5. Wie gilt es das Singen zu bewahren bzw. sind Materialien des heilsamen Singens aufzubewahren?

Bewahren Sie alle Materialien und Ideen des heilsamen Singens möglichst öffentlich zugänglich auf. Singen, tönen und pfeifen Sie möglichst auch in der Öffentlichkeit. Diese Maßnahmen helfen auch anderen Menschen, mit dem Singen zu beginnen und es im Gesundheitssystem zu verbreiten.

6. Weitere Informationen:

Singangebote werden von zertifizierten Singleitern im Auftrag vom Netzwerk „Singende Krankenhäuser e.V.“ durchgeführt und dafür angemessen vergütet.



Dieser Beipackzettel wurde ausgearbeitet von

Elke Wünnenberg

Diplompsychologin/ Psychologische Psychotherapeutin

Diplom-Musikerzieherin

1. Vorstandsvorsitzende der gemeinnützigen internationalen Initiative „Singende Krankenhäuser e.V.“

elke.wuennenberg@singende-krankenhaeuser.de

Dieser Beipackzettel wurde 2012 genehmigt, aktualisierte Version 4/2016