

Mitgliedertag am 23.04.2022 – Nachmittag und Abend Bericht von Vera Kimmig

Pünktlich um 14 Uhr eröffnete Thomas Jüchter mit einem Lied „Alles was zählt ist der Moment“ das Nachmittagsprogramm des Mitgliedertages (52 TN).

(Was zählt ist der Moment, was jetzt ist und hier – ich bin bei dir und du bist bei mir, ich hör dich und du mich, wir singen inniglich diese Melodie!) Noten von Thomas im Liedernachtordner bei Vera.

Elke begrüßte dann **Nicole Rubinstein-Groß und Maik Weber** die sich zur Moderation des Nachmittags bereit erklärt hatten, **Glückwunsch** für die gelungene, authentische und sympathische Moderation!

Maik begrüßte dann **Frau Prof. Tüpker** die uns „Übertragung als hilfreiches Konzept in der (Sing)Arbeit im Krankenhaus“ nahebrachte (53 TN).

Das psychoanalytische Konzept der Übertragung erscheint häufig als etwas ziemlich Kompliziertes, ein wenig Unheimliches und der langfristigen therapeutischen Beziehung vorbehalten. Sie ist aber durchaus auch etwas Alltägliches und sowohl das Patient-Sein im Krankenhaus als auch das Singen neigen dazu, Übertragungen auslösen, die aber naturgemäß unbewusst bleiben. Das führt bisweilen zu Verwirrungen in Beziehungssituationen oder seltsam anmutenden Verhaltens- und Erlebensweisen, die die Arbeit erschweren können. Mit diesem Impulsvortrag möchte ich zeigen, wie das psychoanalytische Konzept der Übertragung dazu beitragen kann, solche Situationen besser zu verstehen und warum das hilfreich sein kann, auch im Hinblick auf das eigene Erleben in der Arbeit. Dazu gibt es eine kleine Einführung in das Konzept von Übertragung und Gegenübertragung, einen themenbezogenen Austausch von Erfahrungen in Kleingruppen und eine wiederum gemeinsame Zusammenführung.

Zeitmodell A: 40-45' Vortrag mit Power-Point 15' Dreiergruppen im Breakout-Room (mit konkreter Arbeitsanweisung) 15' Plenum mit Berichten und Fragen aus den Kleingruppen

Meine Stichworte: Übertragung entspricht der allgemeinen Logik des Seelischen, falsche/alte Gefühle aus der Kindheit können hier wieder neu belebt werden und zwar immer dann, wenn anfällige Situationen aus dem Alltag passieren.

Beispiel: ein Polizist hebt eine Kelle, hält uns an... sofort kommen ängstliche Gefühle hoch, etwas falsch gemacht zu haben...

Beim Unterricht – Situationen zwischen Eltern oder Erzieher

Im Krankenhaus - man fühlt sich schwach, klein, abhängig, hat Angst, kann die Ausdrucksweise der Ärzte nicht verstehen, ist entfernt vom eigenen Alltag und seiner Rolle im Alltag...

Es gibt hier negative und auch positive Übertragungen, das sind anknüpfende Verhaltensweisen

<u>Wohlige Erfahrungen</u>	<u>stressige Erfahrungen</u>
Singen in den Schlaf	Singen in der Schule
Mutter und Kind/ Vater +Familie	beruflich / traumatisierend/ frühkindl. Erfahrungen

Je früher solch eine Erfahrung abgespeichert wird, desto stärker wirkt sie in unser Erwachsenenleben hinein!

Gegenübertragung

Unterscheiden 1

Eigene Übertragung – eigentliche Gegenübertragung

Unterscheiden 2

konkordante

Mitempfinden

komplimentäre

keine Empfindung

Wie erlebe ich die TN meiner Singgruppen?

Übertragung geschieht – wir merken es normalerweise nicht! Das Seelische ist ein offener Raum – der Körper ist die Grenze.

Dann verlas uns **Frau Tüpker** ein sehr berührendes Beispiel aus einer Masterarbeit mit einem palliativ medizinisch betreuten Patienten.

Dann konnten wir uns 15 Minuten in Kleingruppen über das Gehörte austauschen. Die Zeit wurde als zu kurz empfunden. Danach hatten wir noch Zeit Fragen zu stellen und hörten pünktlich um 15:10 Uhr auf.

Norbert Hermanns schrieb dazu in einem persönlichen Statement: *Frau Prof. Tüpker hat das wichtige Thema der Übertragung sehr praxisnah für Singleleiter erläutert. Auch, wenn dieses Thema vermutlich jeder schon mal auf dem Radar hatte, war es für mich wichtig, die Bedeutung gerade für das therapeutische Tun, aber auch für Seminar-Leitung etc. bewusst zu machen.*

15:15 (56 TN) Angelika Görs mit ihrem Workshop: auflockernde und befreiende Stimm- und Lockerungsübungen: Let's sing and swing
Sie lockerte zuerst mit (für mich) altbekannten Übungen unseren Stimmtrakt auf und spielte gegen Ende ein grooviges Playback ein, zudem wir dann Skat-Gesangssilben mitsingen konnten, die sie vorsang und wir nachsangen.

Norbert Hermanns schrieb hierzu: Bin seit langem ein großer Fan von **Angelika (Görs)**. Sie war wieder ein großer Gewinn für kompetentes Warm-Up und spielerisch-kreativ - humorvollem Singen - so groovy, zeitgemäß - klasse!

15:45 – 16 Uhr Pausenlieder mit Thomas

Jay Ananda / Od Yavo / Ui eme Aloha (Noten im Singabend-Ordner abgespeichert)

16 – 17 Uhr (55 TN)

Dr. Mareike Schwed, 45 Jahre, promovierte Diplom-Sportwissenschaftlerin, Taunuskind, Bewegungsfreak und Auszeitspezialist. Hat die **neurowerkstatt** im Januar 2015 gegründet, um Menschen mit neurologischer Erkrankung wie Parkinson, Multiple Sklerose und Polyneuropathie auf ihrem Weg zum selbstbestimmten Umgang mit Sport, Training und Bewegung als Gesundheitsressource zu begleiten.

Zu LongCovid: Der Umgang mit den Crashes und die Vermeidung von Crashes, ohne körperlich komplett inaktiv zu werden, ist ein Balanceakt. Wir schulen unter anderem, wie man wieder in Bewegung kommt, ohne die **Fatiguesymptomaten** zu verschlimmern. Mit unserem 4-Phasen Konzept haben selbst erfahrene Teilnehmer im Umgang mit Long Covid endlich Schritte in Richtung Verbesserung gemacht.

Norbert Hermanns schreibt zum LongCovid Projekt: Mareikes Zugang zu Long-Covid weist ja viele Parallelen zum heilsamen Singen auf. Ich entdeckte sehr viele Gemeinsamkeiten zu meinem therapeutischen Ansatz. Die Beobachtung, dass der Sympathikus dauerhaft bei Long-Covid Patienten aktiviert ist - und der These, dass eben dauerhaft gestresste, geängstigte Menschen, die mehr im Kopf als im Körper sind und viel wollen wahrscheinlich anfälliger für Long Covid sind, sehe ich wie ihr als Chance für SiKra. Es gibt Hinweise, dass Impfdurchbrüche vor allem bei psychisch belasteten Patienten auftreten:

Aktuelle US-Studie im Fachblatt "Jama": "Die Forscher analysierten dafür die Daten von 263.697 Patienten, die vollständig gegen COVID-19 geimpft waren. Die meisten davon waren Männer über 60. Bei etwas mehr als der Hälfte von ihnen (51,4 Prozent) wurde innerhalb der vergangenen fünf Jahre eine oder mehrere psychische Erkrankungen diagnostiziert. 14,8 Prozent hatten eine [Durchbruch-Infektion mit COVID-19](#). Zu den diagnostizierten Erkrankungen gehörten unter anderem bipolare Störung, posttraumatische Belastungsstörung, Angst- und Essstörungen."

<https://www.merkur.de/welt/stoerungen-durchbruchinfektion-corona-virus-covid-19-impfung-forschung-risikofaktor-alter-psyche-91492667.html>

Wie am Samstag erläutert, sehe ich viele Parallelen zu Krebspatienten, die unter chronischem Fatigue leiden und die bislang vornehmlich zur funktionaler Bewegung / Sport motiviert werden. Auch sie sind oft traumatisiert und befinden sich oftmals in einer vegetativen Erstarrung. Das heilsame Singen erweist sich hier als sehr hilfreich - vor allem in Kombination mit "empfundener, motivierter, beseelter" Bewegung.

Viele Singleiter verbinden bereits Natur und Singen. Viele Lieder handeln von der Symbolkraft der Natur, helfen, diese Kraftquellen zu aktivieren. Das hilft vielen Menschen, in die Stille und Regeneration zu kommen, hier ist viel Potential für die Zukunft.

Dieser Vortrag von Mareike Schwed hätte noch gut 1 Stunde länger dauern können, das zeigten auch die vielen Fragen der TN und die Verlängerung des ganzen Blocks bis 18 Uhr.

17 Uhr Netzwerkthemen

Nicole begann mit einem Lied für das innere Kind zur Melodie von Bavalam kevalam: Babylein Kleines, hab keine Angst, weil du in mir sicher leben kannst, Babylein Liebes, hab keine Angst, ich halte dich sanft und warm

Kordula Nur ganz kurzer Hinweis von Kordula auf ihr Online-Modul Öffentlichkeitsarbeit-Onlinetreffen ab 2.5. und dann immer am ersten Montag im Monat (13.6. + 4.7.)

Da Tom technische Schwierigkeiten hatte und sein Angebot nicht vorstellen konnte und Erzsébet nicht anwesend war, sangen Regine Steffens und Klaus Nagel noch ein Lied.

Regine Steffens: „Liederwellen“

Klaus Nagel: „Singen macht Spaß“ von Uli Führe, welches er im zweiten Teil mit einem abgeänderten, von ihm neu getexteten Text gesungen hat!

50 TN warteten dann um 17:30 auf den Workshop von Suli Pushban, welche aber mit Migräne zu Hause verschlafen hatte, was wir zu dem Zeitpunkt noch nicht wussten. Also gingen wir einfach früher in die Pause.

20 Uhr (71 TN) Liederabend Moderation Marco

Hagara und Barbara begannen:

Sei du mir willkommen - Bd.4 Seite 14// Te Ahora - Seite 93 // Tio, Tio – Seite 101
lav nan – Seite 80 // Prayer oft he mother – Seite 50

20:40 Uhr (71 TN) Regine Steffens

Namaste / ich lebe mein Leben (Rilke) / Hoffnung in die Welt/ Walking on the earth today (Mackena-Song) / Liederwellen / von Herz zu Herz

21:16 (71 TN) Marco Lombardo

Alles hat seine Zeit und ein Hit aus dem Seniorenheim: „Ich bin so schön!“

21:35 (70 TN) Wolfgang und Katharina Bossinger

Al centro del cuore (5. Bund Gitarre) / We are brothers and sisters / Bevor der Verstand sich entschließt, hat die Liebe den 7.ten Himmel erreicht / Hari Om / wir sind verbunden

Ende 22:19 Uhr mit dann 67 Teilnehmern

Vera beendete dann offiziell die Liedernacht und Elke blendete nochmals das Spendenkonto von Sikra ein.