

Singen ist ne coole Sache! Warum Singen glücklich macht!

01. Oktober 2019

Singen macht glücklich!



Vor ein paar Jahren gab es in Berlin ein bemerkenswertes Projekt: der „Chor der Unglücklichen“ wurde gegründet und probte mehrere Wochen ein kleines Konzertprogramm ein. Zum Schluss wurde dann in der Kölner Philharmonie ein Konzert gegeben.

Das ganze Projekt wurde von zwei Neurologen der Berliner Charité begleitet, die nachprüften, was beim Singen im Gehirn geschieht. Streng genommen war das überflüssig, denn wenn man nach dem Konzert in Köln die Gesichter der mitwirkenden Sängerinnen und Sänger sah, dann konnte man sehen: Aus dem „Chor der Unglücklichen“ ist ein „Chor der Glücklichen“ geworden. Und die Neurologen konnten dies wissenschaftlich unterstützen: das Hormon Dopamin und Endorphine waren beim Singen deutlich erhöht.

In der Tat : SINGEN MACHT GLÜCKLICH! - das zeigt wie wichtig eine emotionale Stärkung und ein guter Kontakt zu seinen Gefühlen ist.



Sowohl als Lehrer – ich habe 20 Jahren als Studiendirektor am Gymnasium die Fächer Musik und Religion unterrichtet – als auch als freischaffender selbstständiger Kinderliederkomponist stand und steht das Singen mit Kindern für mich im Mittelpunkt meiner Arbeit.

Vermehrte Anzeichen belegen, wie wichtig es ist, Kinder in ihrer emotionalen Wahrnehmung zu stärken. Dabei spielen Musik und Singen eine ganz besondere Rolle.

Wer Kleinkinder (im Alter von zwei bis drei Jahren) beim freien Spiel beobachtet, wird häufig erleben, das Kinder vom Sprechen in das Singen überwechseln – ganz natürlich und selbstverständlich. Sprechen und Singen wird von den Kindern als „eins“ erlebt. Und das Singen wird oft dann verwendet, wenn das Sprechen für den Kontakt zu den Emotionen nicht mehr ausreicht, es ein „Mehr“ geben muss, um den inneren Emotionen einen Ausdruck zu verleihen.

Das Lied „Singen ist ne coole Sache“ vermitteln genau diesen Ansatz: eine Stärkung der emotionalen Wahrnehmung durch das „Singen“ mit dem ganzen Körper.

So werden in den Strophen alle Körperteile angesprochen: Finger, Schulter, Füße, Arme und Beine. Es wird sich gedreht, gestreckt. Rhythmisches Klatschen (an zwei Stellen) erhöht dabei die körperliche Präsenz.



Singen ist 'ne coole Sache - Das Liederheft Coole Songs zum gemeinsamen Singen und Bewegen

Heft: 52 Seiten, 12,80 € ISBN 978-89617-300-3

CD: ca. 61 Min., 20 Lieder, 13,90 € ISBN 978-89617-301-0

Bestelladresse:

KONTAKTE Musikverlag

Windmüllerstr. 31

59557 Lippstadt

Tel.: 02941 14513

Fax: 02941 14654

E-Mail: info@kontakte-musikverlag.de

www.kontakte-musikverlag.de



Besuchen Sie Reinhard Horn auf Facebook



Besuchen Sie Reinhard Horn bei Youtube

- [Facebook](#)
- [Twitter](#)
- [Google+](#)
- [Mail](#)

- [Medienpädagogik](#)
- [Musik](#)
- [Musikpädagogik](#)
- [musische Projekte](#)
- [Musizieren](#)
- [Reinhard Horn](#)
- [Singen](#)