

# Singen macht Kinder schlau und glücklich

**Das Singen verschwindet immer mehr aus unserem Alltag. Das bedauern Experten sehr, denn wer singt, tut viel für Körper und Seele. Um das Singen wieder beliebter zu machen, muss bei den Kindern angefangen werden.**

30 Jahre ist es her, da waren Geschirrspülen und Singen für meine Mutter und mich ein Abwasch. Sie spülte, ich trocknete ab, und nebenbei sangen wir »Alle Vögel sind schon da« oder »Schneeflöckchen, Weißröckchen«.

Knapp zehn Jahre ist es her, da begeisterte mein zweijähriger Sohn die Omas mit seiner Variante von »Alle Vögel«. Zu unserem Abendritual gehörten die immer gleichen Kinderlieder. Später sang mein Sohn im Kindergarten-Chor und heute besucht er ein sehr musikalisches Gymnasium. Damit sind wir zwei dem Gesang weit mehr verbunden als die meisten Deutschen. Mein Mann etwa meint, überhaupt nicht singen zu können. Er lässt singen: im Radio, per CD- oder MP3-Player. Seit den 60er-Jahren beobachten Experten diesen Verfall des Singens im Alltag. Doch nun scheint ein Gegentrend einzusetzen.

## Emotional und körperlich im Vorteil

Laut Diplom-Pädagoge und Singtherapeut Dr. Karl Adamek sind Menschen, die viel singen, im statistischen Durchschnitt psychisch und physisch gesünder als Menschen, die nicht singen. Sie sind zufriedener, ausgeglichener und friedlicher, können besser soziale Bindungen eingehen und sind lern- und leistungsfähiger. Negative Gefühle wie Trauer, Angst und Aggressionen werden in positive Gefühle und Gedanken umgewandelt. Singen fördert das Immunsystem, setzt Glückshormone im Gehirn frei, stärkt das Herz-Kreislauf-System und verbessert die Atmung.

In einer speziellen Studie erforschte Adamek zusammen mit dem Soziologen und Psychologen Dr. Thomas Blank, inwieweit Kinder vom regelmäßigen Singen profitieren. Fast 500 Kindergartenkinder wurden im Rahmen der Schuleingangsuntersuchung in »viel singende« und »wenig singende« Kinder eingeteilt. Das Ergebnis: In der Gruppe der Viel-Singer waren fast 90 Prozent regelschulfähig, in der Gruppe der Wenig-Singer nur 44 Prozent.

## Förderung für Kindertagesstätten

Hat das Bildungssystem in den vergangenen Jahrzehnten ein einfaches und wirkungsvolles Mittel zur Förderung unserer Kinder vernachlässigt? Davon sind Adamek und andere Musikexperten fest überzeugt. Schon vor über zehn Jahren gründeten sie das Netzwerk »Il canto del mondo«. Der Verein will das Singen wieder fest in den Alltag integrieren, denn »ohne Singen kann ein Mensch sich nicht voll entfalten«. Und der 1999 verstorbene Starviolinist und frühere Schirmherr des Vereins, Yehudi Menuhin, sagte: »Das Singen ist die eigentliche Muttersprache des Menschen.« Zentrale Säule von Il canto del mondo ist das Projekt

»Canto elementar«. Darin unterstützen Singpaten den Aufbau von Singgruppen in Kindergärten.

Auch der Deutsche Chorverband engagiert sich für Nachwuchssänger. Er verleiht das Qualitätszeichen »Felix« an Kindertagesstätten, die den Gesang fördern, indem sie täglich singen, eine vielfältige und altersgemäße Liedauswahl treffen und Lieder aus anderen Kulturkreisen einbeziehen. 1.500 Mal wurde der »Felix« bisher verliehen. Eine überschaubare Zahl, schließlich gibt es in Deutschland rund 50.000 Kitas, und viele wären sicherlich noch keinen »Felix« wert. Das bestätigt auch Henriette Germund, die als Erzieherin den einzigen Kindergarten-Chor in Bonn leitet. »Das liegt meiner Meinung nach daran, dass viele junge Kolleginnen nicht mehr singen können. Außerdem spielen nur



