

Senior*innen

(Bd. 3, Nr. 2)

*Herausgeber*innen: Prof. Dr. Christiane Plank-Baldauf, Dr. Clara-Franziska Plum,
Prof. Tamara Schmidt, Dr. Theresa Schmitz, Christoph Sökler*

*resonare. Ein großer Schatz. Singgruppentreffen für Menschen mit
Demenz und ihre Angehörigen an der Komischen Oper Berlin*

Autorin: Anouk Kopps

Lektorat: Nicole Steiner

Abstract

Anouk Kopps reports on the *resonare* project at the Komische Oper in Berlin, where people with dementia get together with their relatives to sing together.

Zitiervorschlag:

Kopps, Anouk: *resonare. Ein großer Schatz. Singgruppentreffen für demenzerkrankte Menschen und ihre Angehörigen an der Komischen Oper Berlin*. In: Klangakt, Bd. 3, Nr. 2, 2025, DOI: 10.5282/klangakt/103

resonare. Ein großer Schatz. Singgruppentreffen für Menschen mit Demenz und ihre Angehörigen an der Komischen Oper Berlin

Anouk Kopps

Die wöchentlichen *resonare*-Singgruppentreffen beginnen mit der Frage „*Wie geht es dir heute?*“. Eine der Teilnehmer*innen erwidert darauf meist: „In dieser Runde fühle ich mich wohl. Ich habe das Gefühl, hier können wir alle einfach so sein, wie wir sind. Hier muss man nichts verstecken.“

resonare ist das Musikprojekt der Komischen Oper Berlin für Menschen mit Demenz und ihre Angehörigen, das 2019 in Kooperation mit der Gedächtnissprechstunde der Charité Berlin konzipiert und erprobt wurde und durch die großzügige Zuwendung der Manfred Strohscheer Stiftung ermöglicht wird. Seit 2021 finden die wöchentlichen Treffen von zwei *resonare*-Singgruppen in der Komischen Oper Berlin statt – 2023 ist eine dritte Singgruppe hinzugekommen und 2024 eine vierte, die in türkischer Sprache stattfindet. Neben meiner Aufgabe als Projektkoordinatorin von *resonare* leite ich die wöchentlichen Treffen und möchte im Folgenden von unserem Projekt und meinen Erfahrungen berichten.

Demenz ist eine Krankheit, in der das Abschiednehmen zentraler nicht sein könnte. Abschiednehmen von Fähigkeiten, die bisher selbstverständlich waren, Abschiednehmen von Selbstständigkeit, Abschiednehmen von Erinnerungen, aber auch Abschiednehmen von geliebten Menschen. Mit einer eintretenden Demenz können sich Betroffene manchmal sehr verändern. Bei so viel Belastendem ist es erstaunlich und berührend zu erleben, wie viel Lebensfreude in den *resonare*-Treffen zum Vorschein kommt, welche Kraft in Musik steckt. Trotz abnehmendem Kurzzeitgedächtnis bleiben Musik und Melodien, die Menschen in ihrer Kindheit und Jugend gesungen, gehört und gefühlt haben, erhalten. Diese Melodien sind ein großer Schatz, denn sie eröffnen einen Raum, in dem Verbundenheit, Austausch und Erinnerung möglich sind. Das ist für Menschen mit Demenz wertvoll und trägt zur Selbstermächtigung bei, denn in ihrem Alltag erleben sie zunehmend, dass sie

auf Hilfe und Unterstützung angewiesen sind. Doch auch (pflegende) Angehörige, die häufig durch die Demenzerkrankung eines nahestehenden Menschen enorm belastet sind, können aus diesen Momenten Kraft, Entspannung und Verständnis schöpfen. „Hier muss man nichts verstecken“ wandelt sich zu „Ich bin Teil, ich kann etwas, ich habe etwas beizutragen“.

Die Teilnehmenden sitzen im Stuhlkreis, die Liedermappe, die inzwischen 130 Lieder umfasst und stetig erweitert wird, auf dem Schoß. Klavierbegleitung bildet den musikalischen Rahmen der Treffen. Der Klang des Klaviers führt nicht nur melodisch durch die Lieder, sondern schafft auch einen musikalischen Raum, in den man sich zurückziehen kann oder in dem man Verbundenheit erleben kann. Die Musik wirkt dabei nach meiner Erfahrung wie eine Art emotionales Geländer. Sie gibt Halt und Sicherheit, und so kann ein Mensch für einen Moment vielleicht sogar loslassen, was ihn gerade noch beschäftigt hat.



© Jan Windszus Photography

In den *resonare*-Singgruppen erklingen bekannte Lieder aus dem Schlager-, Volks- und Kinderlieder-Repertoire: *Du, du liegst mir am Herzen*, *Der Mond ist aufgegangen* oder *Über den Wolken*, aber auch bekannte Opernmelodien. Die Lieder wirken auf unterschiedlichen Ebenen. Ihre Melodien sind den meisten vertraut, sie erinnern an Kindheit, an Menschen und Gemeinschaft, in der sie gesungen, gehört und erlebt wurden. An den Spaziergang mit der Familie, den Abend mit der Schwester im Kinderzimmer, wenn man noch nicht schlafen gehen wollte, an die Schule, die Pfadfinder oder an vergnügte Abende in Tanzlokalen. Die Melodien sind eingängig, die Texte handeln von Themen, die uns alle durch unser Leben begleiten und uns bewegen. Sie erzählen von Liebe, Beziehung, Freundschaft, Abschied, Natur, Tod, Neuanfang, Konflikt und Versöhnung. Aber auch Themen, wie „Beruf“, „sich selbst treu sein“ und „seinen Weg finden“ oder einfach kuriose Geschichten, lustige Begebenheiten und die Freude am Leben lassen sich in vielen Liedern finden.

Und so ist es naheliegend, mit den Menschen, die zu *resonare* kommen, über diese Themen zu sprechen, ohne die Einfachheit der Fragen zu scheuen. *Bruder Jakob* lädt ein, über Geschwister und Familie zu sprechen, *Grün, grün, grün sind alle meine Kleider* fragt nach Berufen, das „Simsalabimbambasaladusaladim“ aus *Auf einem Baum ein Kuckuck* ist ein echter Zungenbrecher, der daran erinnert, welche Kinderreime- und spiele auf dem Schulhof die Runde machten. Ich glaube, die berührenden Momente, in denen sich ein Mensch mit Demenz an etwas Vergangenes erinnert, sind oft zurückzuführen auf Momente, in denen der Mensch in seiner Kindheit und Jugend von etwas emotional berührt wurde. Musik ist in diesem Kontext wie eine Art Soundtrack, der eine gewisse Phase des Lebens begleitet, und hören wir diese Musik, sind wir zurückversetzt in diese Zeit unseres Lebens. Erinnerungen an Menschen und Orte, die in dieser Zeit eine wichtige Rolle gespielt haben, kehren zurück, vielleicht steigt ein bestimmter Geruch in die Nase oder man wird von einer altbekannten Stimmung erfasst.

So sind wir bei *resonare* gemeinsam mit den Teilnehmenden stetig auf der Suche nach der Musik ihres Lebens. Manchmal bietet es sich an, Teilnehmende durch gezielte, aber umsichtige Fragen anzusprechen. Es soll keine Situation entstehen, in der sich ein Mensch mit Demenz bloßgestellt fühlt,

sollte er sich nicht erinnern. Eine Frage zeugt aber von Interesse und es ist erstaunlich, wie häufig doch kleine Erinnerungen wiederkehren, die zu ganzen Geschichten führen. Manchmal reicht es auch aus, die kurze Stille nach einem gemeinsam gesungenen Lied auszuhalten, einen Moment für den Prozess des „sich Erinnerns“ zu schaffen und anzunehmen, was kommt.

Auch Bewegung ist ein wichtiger Aspekt von *resonare*. Das gemeinsame Aufwärmen zu Beginn eines jeden Treffens – tiefes und bewusstes Atmen, sich strecken und den Körper abklopfen – ist ein festes Ritual in den Singgruppen und läutet den Übergang aus dem vielleicht hektischen Alltag in die Entspannung ein. Dieses wiederkehrende Element gibt zudem Sicherheit. Es ist verlässlicher Bestandteil eines jeden Treffens und gibt den Teilnehmenden die Möglichkeit, anzukommen und sich gemeinsam als Gruppe einzustimmen.



© Jan Windszus Photography

resonare. Ein großer Schatz.

Bei *resonare* wird auch getanzt und, wie es in einem Opernhaus naheliegend ist, die Musik mit mimischem und gestischem Ausdruck erfahrbar gemacht. Den spielerischen Aspekt in der Musik zu finden und zu nutzen, um emotional in die Musik involviert zu sein, wirkt meiner Erfahrung nach ebenso anregend wie berührend.

resonare hat nicht den Anspruch ein Chor zu sein, der im Takt singt und jeden Ton trifft. Vielmehr geht es darum, die zarten, wertvollen Räume emotionaler Resonanz, in denen etwas widerhallt, in denen wieder Austausch, Kommunikation und Kontakt möglich ist, zu finden und für eine Weile geschützt zu erhalten. Jede*r in der Gruppe kann so teilnehmen, wie es gerade möglich ist: Mal summen, mal den Klängen der anderen Stimmen und des Klaviers lauschen, sich im Takt der Musik wiegen oder laut mitsingen und tanzen. Die Singgruppen treten nicht auf, sondern dürfen im Schutz des Privaten ohne Leistungsdruck stattfinden.

Für viele der *resonare*-Teilnehmenden sind die Treffen ein Fixpunkt in der Woche. Sie freuen sich darauf, und noch Tage nach den Treffen schwingt das Erlebte positiv nach, wie die Teilnehmende berichten. Gemeinschaft zu erleben, in der man sein darf wie man ist, ohne sich verstecken zu müssen, ist wichtig für uns alle.

Scham, die durch Stigmatisierung, die mit Demenz häufig einhergeht, entsteht, hat sich im Laufe der Jahre zu einem gewissen Stolz gewandelt, zu *resonare*, zur Komischen Oper Berlin zu gehören. Die Räume der Teilhabe in der Komischen Oper Berlin sind zu Räumen des Austauschs, des sich gegenseitigen Wahrnehmens und des Lernens geworden.



© Jan Windszus Photography

Um der vielfältigen Stadtgesellschaft Berlins zu begegnen, war es uns ein Anliegen, unser Projekt auch für Menschen zugänglich zu machen, die zwar seit vielen Jahren in Deutschland leben, Kindheit und Jugend aber beispielweise in der Türkei erlebt haben. Für diese Gruppe ist es umso wichtiger, der Kultur ihrer Vergangenheit, ihrer Kindheit und Jugend wertschätzend zu begegnen und Liedgut aus dem Heimatland in das Programm einzubeziehen.

Gemeinsame Besuche von Vorstellungen der Komischen Oper Berlin sind ebenfalls Teil des Projektes und werden von den Teilnehmenden mit Freude wahrgenommen.

resonare ist heute ein etabliertes Projekt an der Komischen Oper Berlin. Uns ist die Einbindung der Singgruppen in den Alltag am Opernhaus wichtig, da wir inklusiv alle Mitglieder der Gesellschaft miteinbeziehen möchten. Die Präsenz der Kurse im Haus schafft Sichtbarkeit und Wertschätzung und eröffnet auch hier einen Raum für Resonanz. So fühlen sich immer wieder auch Kolleg*innen

resonare. Ein großer Schatz.

bestärkt, von Angehörigen mit demenziellen Erkrankungen zu erzählen. Es wird deutlich, dass Demenz ein Thema ist, das viele Menschen betrifft und beschäftigt. Offen darüber sprechen zu können, wirkt verbindend und setzt der Stigmatisierung der Erkrankung etwas entgegen.

Außerdem wirkt *resonare* über die Musiktheaterpädagogik hinaus auch in anderen Abteilungen. So bieten Sänger*innen und Musiker*innen des Opernhauses an, für die Teilnehmenden von *resonare* in kleinen, für die Bedürfnisse von Menschen mit Demenz konzipierten Konzerten zu musizieren. Da die Teilnehmenden oftmals auch an körperlichen Beeinträchtigungen leiden, machen sich Kolleg*innen aus der Hausverwaltung Gedanken darüber, wie der Hof im Winter für die Gruppen trittsicher gemacht werden kann. Und wenn sich doch mal jemand beim Abbiegen zum Workshopraum, in dem die Treffen stattfinden, verirrt hat, weisen Kolleg*innen der Komischen Oper zugewandt und verständnisvoll den richtigen Weg.

Zitiervorschlag:

Kopps, Anouk: *resonare. Ein großer Schatz. Singgruppentreffen für demenzerkrankte Menschen und ihre Angehörigen an der Komischen Oper Berlin*. In: Klangakt, Bd. 3, Nr. 2, 2025, DOI: 10.5282/klangakt/103