



# SONGSHINE PFLAUMHEIM MIT MUSIK GEGEN DEPRESSION

Foto / Oliver Zahn



**Ensemblename** GMS Songshine 1996 Pflaumheim e. V.  
**Bundesland** Bayern  
**Ort** Großostheim  
**Projekttitlel** Mit Musik gegen Depression  
**Fördersumme** 10.000,- €  
**Ensembleart** sonstiges / Musicalensemble  
**Altersgruppe** Kinder, Jugendliche & Erwachsene



### Ziel der Förderung

Nachwuchsarbeit und Mitgliedergewinnung; Mut machen, Hilfen anbieten

### Projektbesonderheit

Mit einer Psychologin wurden Tabu-Themen wie Ängste und Depressionen mit Liedern und Szenen des Musicals „SPRING AWAKENING“ in einem Kurzfilm aufgearbeitet.





”

*Der Grund, warum wir diesen Film machen, ist, dass wir bei der Umsetzung des Musicals vor allem wegen der Szenen, in denen es um Suizid, Gewalt oder Angst vor der Zukunft geht, festgestellt haben, dass es allen in der Gruppe hilft, zusammen zu musizieren und ein gemeinsames Ziel zu haben.*

*Und diese Erkenntnis wollten wir mit vielen teilen und sagen: **Leute, gemeinsam Musik zu machen, ist etwas Positives und hilft auch in scheinbar ausweglosen Lebenssituationen.***

[ Oliver Zahn / musikalische Umsetzung ]



# Projektbeschreibung

Mit den mitreißenden und emotionalen rock- und popmusikalischen Stücken des 2006 uraufgeführten **Musicals „Spring Awakening“**, das auf Frank Wedekinds „Frühlings Erwachen“ basiert, ist ein **Film** entstanden, der zeigt, dass junge Menschen mit **kontroversen und zeitlosen Themen** wie Depressionen, Zukunftsängsten, Orientierungslosigkeit, Gewalt und Sexualität nicht allein dastehen.

In Zusammenarbeit mit einer **Psychologin** entstand ein Kurzfilm zum Thema „Mit Musik gegen Depressionen“.

[Zum Video](#)



Die Szenen wurden an einem Probenwochenende einstudiert, bei dem die Teilnehmenden auch interviewt wurden, um ihre **eigenen Erfahrungen** mit diesen Themen preiszugeben.

Diese **Interviews** sind als Ergebnis Teil des Films und sollen Mut machen, sich Hilfe zu suchen und die Möglichkeit aufzeigen, dass besonders das Musizieren mit anderen helfen kann, neuen **Lebensmut** zu finden und **Selbstvertrauen** aufzubauen.





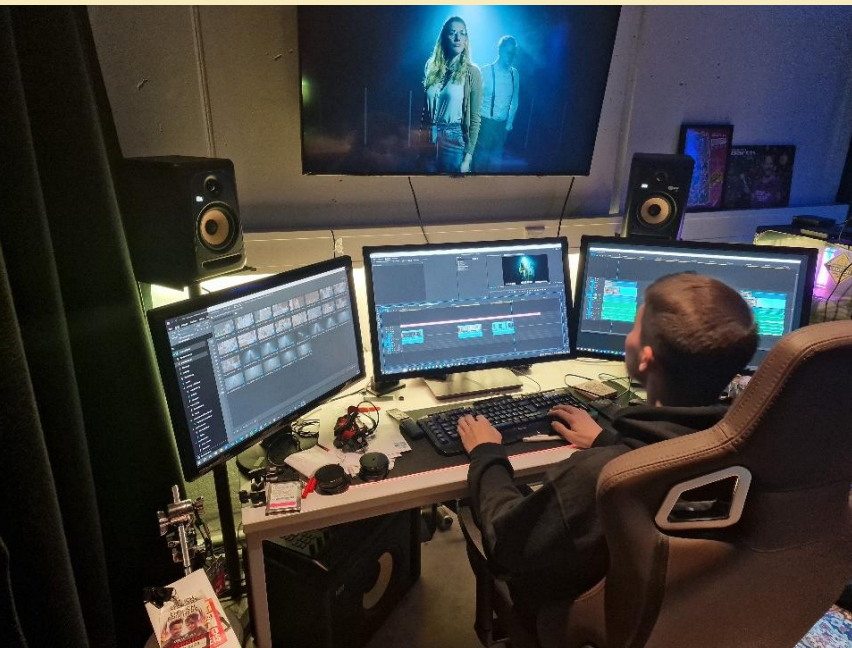
[Zum Video](#)





Zum Video





*Filmproduktion / Jonas Sommer*

*Fotos / Oliver Zahn, Sabrina Hundeshagen*





„ *Der Verein schafft die Möglichkeit des sozialen Miteinanders und das soziale Miteinander gibt Halt, gibt auch einen Ausgleich zum Alltag, zur Arbeit, schafft Austausch, ohne vielleicht auch Erwartungen, denen wir sonst gerecht werden müssen.*

[ Marion Sehr / Diplom-Psychologin ]



# Kontakte für Krisenfälle



## **Telefonseelsorge 24 / 7**

0800 1110 111

0800 1110 222

[nummergegenkummer.de](http://nummergegenkummer.de)

## **Online-Beratung**

[jugendnotmail.de](mailto:jugendnotmail.de)

## **Erfahrungsaustausch**

[fideo.de](http://fideo.de)

[deutsche-depressionshilfe.de](http://deutsche-depressionshilfe.de)

[bravetogether@deutsche-depressionshilfe.de](mailto:bravetogether@deutsche-depressionshilfe.de)