Bundesmusikverband Chor & Orchester

POSITIONSPAPIER

Amateurmusik ist eine Gesundheitsressource: Gemeinsam musizieren, Gesundheit stärken

Der Bundesmusikverband Chor & Orchester (BMCO) sieht erheblichen Handlungsbedarf bei der Anerkennung von Chören, Orchestern, Musikvereinen und Ensembles als Gesundheitsressource. Die nachweislich gesundheitsfördernden Wirkungen des gemeinschaftlichen Musizierens müssen in gesundheitspolitischen Maßnahmen und Präventionsangeboten systematisch berücksichtigt werden.

Ausgangslage

Deutschland steht vor wachsenden gesundheitspolitischen Herausforderungen. Psychische Belastungen nehmen zu, Einsamkeit wird verstärkt als Gesundheitsrisiko erkannt, chronische Erkrankungen belasten viele Menschen und eine alternde Gesellschaft stellt Gesundheits- und Sozialsysteme vor neue Aufgaben. Zusätzlich belegt Deutschland beim Public Health Index den vorletzten Platz.[1]Gleichzeitig setzt sich eine zentrale Erkenntnis moderner Gesundheitspolitik durch: Gesundheit entsteht nicht allein im Gesundheitswesen. Sie entsteht dort, wo Menschen leben, lernen, arbeiten und ihre Freizeit verbringen. Soziale Beziehungen, gesellschaftliche Teilhabe und gemeinschaftliche Aktivitäten sind wesentliche Voraussetzungen für Gesundheit und Lebensqualität. Viele Akteure der Prävention und Gesundheitsförderung fordern deshalb einen Perspektivwechsel. Prävention und Gesundheitsförderung müssen stärker als gesamtgesellschaftliche Aufgabe im Sinne von Health in and for all Policies verstanden und ressourcenorientiert in den Lebenswelten der Menschen verankert werden. [2]

Gemeinschaftliches Musizieren ist eine solche Ressource

Über 16,3 Millionen Menschen musizieren in Deutschland in ihrer Freizeit.[3] In rund 100.000 Chören, Orchestern, Musikvereinen und Ensembles engagieren sie sich regelmäßig gemeinsam mit anderen Menschen. Diese über Jahrzehnte gewachsene Struktur reicht von Großstädten bis in ländliche Regionen und verbindet Menschen unterschiedlicher Generationen, Hintergründe und Lebensphasen. Damit verfügt Deutschland bereits über eine einzigartige Infrastruktur für Begegnung, Teilhabe und ehrenamtliches Engagement. Die entscheidende gesundheitspolitische Frage lautet daher, wie bestehende Potenziale stärker für die bundesweite Präventions- und Gesundheitsförderungs-Strategie

genutzt werden können. **Amateurmusik ist nicht nur Kultur. Sie ist zugleich soziale Infrastruktur. Sie schafft Räume für Begegnung, Zugehörigkeit, gemeinsames Handeln und gesellschaftliches Engagement. Damit entstehen Bedingungen, die nachweislich für Gesundheit und Lebensqualität bedeutsam sind.**

Gemeinschaftliches Musizieren stärkt Gesundheit und Lebensqualität

Internationale wissenschaftliche Studien zeigen übereinstimmend, dass künstlerische Aktivitäten, darunter Musizieren und gemeinschaftliches Singen, mit einer verbesserten Lebensqualität und einem gesteigerten psychischen Wohlbefinden sowie mit stärkerer sozialer Verbundenheit und gesellschaftlicher Teilhabe zusammenhängen.[4] Musizieren verbessert signifikant die psychische und körperlich gesundheitsbezogene Lebensqualität[5] und kann das Stressempfinden reduzieren, Wohlbefinden fördern und Einsamkeit entgegenwirken.[6] Damit adressiert die Amateurmusik zentrale gesellschaftliche Herausforderungen unserer Zeit und kann ihre gesundheitsförderliche Wirkung im unmittelbaren Lebensalltag entlang der Präventionsziele im Präventionsgesetz und der Bundesrahmenempfehlungen entfalten.

Ergebnisse der NAKO Gesundheitsstudie, Deutschlands größter bevölkerungsbezogener Langzeitstudie, zeigen erste Zusammenhänge zwischen musikalischer Aktivität und verschiedenen gesundheitsbezogenen Merkmalen. Musikalisch aktive Menschen berichten unter anderem über eine höhere Lebenszufriedenheit, eine bessere subjektive und eine stabilere psychische Gesundheit.[7,8] Die Forschung zu Musik und Gesundheit wird deshalb weiter ausgebaut. Ein eigenes NAKO-Projekt untersucht sowohl aktives Musizieren als auch Musikhören im Zusammenhang mit Lebensqualität und chronischen Erkrankungen und soll dabei auch langfristige Zusammenhänge betrachten. [9]

Diese Entwicklung ist gesundheitspolitisch relevant. Sie zeigt, dass Musik längst nicht mehr ausschließlich unter kulturellen Gesichtspunkten betrachtet wird, sondern zunehmend auch als Gegenstand der Gesundheits- und Public-Health-Forschung. Dabei geht es nicht darum, gemeinschaftliches Musizieren als Ersatz für medizinische Behandlung oder als eigenständige medizinische Intervention zu verstehen. Vielmehr geht es um die Frage, welchen Beitrag musikalische Aktivität und insbesondere gemeinschaftliches Musizieren zu gesundheitsförderlichen Lebensbedingungen leisten können.

Eine vorhandene Infrastruktur für Prävention und Gesundheitsförderung

Viele Freizeitaktivitäten fördern Gesundheit. Gemeinschaftliches Musizieren vereint jedoch mehrere gesundheitsförderliche Faktoren in besonderer Weise. Wer gemeinsam musiziert, hört einander zu, stimmt sich ab, lernt von- und miteinander, übernimmt Verantwortung und verfolgt gemeinsame Ziele.

Musizieren verbindet kognitive, emotionale und soziale Aktivität. Aus regelmäßigen Proben entstehen verlässliche Beziehungen, langfristige Zugehörigkeit und soziale Netzwerke. Konzerte und Auftritte schaffen gemeinsame Erfolgserlebnisse und gesellschaftliche Sichtbarkeit. Ehrenamtliches Engagement eröffnet zugleich Möglichkeiten, Verantwortung zu übernehmen und das unmittelbare Lebensumfeld aktiv mitzugestalten, insbesondere in Regionen, in denen Angebote meist fehlen. Gerade die Verbindung von kultureller Teilhabe, sozialer Einbindung, Selbstwirksamkeit und bürgerschaftlichem Engagement macht gemeinschaftliches Musizieren zu einer besonderen Ressource für psychische Gesundheit, soziale Teilhabe, Stressreduktion und Einsamkeitsprävention. Damit bietet die Amateurmusik vielfältige Anknüpfungspunkte für die Gesundheitsförderung in Lebenswelten im Sinne des § 20a SGB V.

Unser gesundheitspolitisches Anliegen

Der BMCO setzt sich mit den nachfolgenden Punkten dafür ein, gemeinschaftliches Musizieren als Ressource der Prävention und Gesundheitsförderung im bestehenden Präventionssystem zu verankern. Chöre, Orchester, Musikvereine und weitere Organisationen der Amateurmusik sollen als zivilgesellschaftliche Partner an der Entwicklung und Umsetzung gesundheitsfördernder Maßnahmen in Lebenswelten beteiligt werden. Ziel ist es, die vorhandenen Strukturen und Kompetenzen der Amateurmusik gemeinsam mit den Akteuren des Gesundheitswesens zu erschließen, ihre Potenziale wissenschaftlich zu untersuchen und tragfähige Wege für ihre Einbindung in die Gesundheitsförderung zu entwickeln.

Unsere Forderungen

Unsere Forderungen an die Bundesregierung

- **Amateurmusik und Kultur im Präventionsgesetz sichtbar machen**

  Der Gesetzgeber muss § 20a Abs. 1 Satz 1 SGB V dahingehend ergänzen, dass bei der Beschreibung gesundheitsrelevanter Lebenswelten neben der Freizeitgestaltung einschließlich des Sports auch musikalische und gemeinschaftliche kulturelle Aktivitäten ausdrücklich genannt werden. Chöre, Musikvereine, Orchester und weitere Organisationen der Amateurmusik sollen damit als relevante Partner der Gesundheitsförderung in Lebenswelten sichtbar gemacht werden. Ziel ist es, die Potenziale gemeinschaftlichen Musizierens für soziale Teilhabe, psychisches Wohlbefinden und die Erreichung der Präventionsziele des § 20 Abs. 3 SGB V stärker zu berücksichtigen.

- **Amateurmusik in der Nationalen Präventionsstrategie berücksichtigen**

  Die Nationale Präventionskonferenz muss die Potenziale gemeinschaftlichen Musizierens für psychische Gesundheit, Einsamkeitsprävention, soziale Teilhabe und gesundes Altern

systematisch in die Umsetzung und Weiterentwicklung der Nationalen Präventionsstrategie einbeziehen. Der BMCO beteiligt sich als fachlicher Partner an der Weiterentwicklung lebensweltbezogener Präventionsansätze. Ziel ist es, die vorhandenen Strukturen und Kompetenzen der Amateurmusik für die Erreichung der nationalen Präventionsziele nutzbar zu machen.

- **Bundesrahmenempfehlungen und Landesrahmenvereinbarungen weiterentwickeln**

  Die Nationale Präventionskonferenz muss die Potenziale der Amateurmusik als gesundheitsfördernde Ressource in den Bundesrahmenempfehlungen ausdrücklich berücksichtigen. Chöre, Orchester und Musikvereine sollen als relevante Akteure innerhalb der Lebenswelten „Kommune“ und „Einrichtungen der Freizeitgestaltung“ ausdrücklich benannt werden. Die Länder und Sozialversicherungsträger sollen darauf aufbauend die organisierte Amateurmusik in die Weiterentwicklung der Landesrahmenvereinbarungen und in regionale Präventionsstrategien einbeziehen. Ziel ist es, verbindliche Anknüpfungspunkte für Kooperationen zwischen Amateurmusikorganisationen, Kommunen, Krankenkassen und weiteren Akteuren der Gesundheitsförderung zu schaffen.

Unsere Forderungen an die gesetzlichen Krankenkassen

- **Amateurmusik im GKV-Leitfaden Prävention ausdrücklich verankern**

  Der GKV-Spitzenverband muss den Leitfaden Prävention dahingehend weiterentwickeln, dass Amateurmusik als Akteur der Gesundheitsförderung in den Lebenswelten „Kommune“ und „Einrichtungen der Freizeitgestaltung“ gemäß § 20a SGB V ausdrücklich benannt wird. Hierzu sind neben Sportvereinen auch **Chöre, Musikvereine, Orchester und weitere Organisationen der Amateurmusik** explizit aufzuführen. Amateurmusikorganisationen sollen als qualifizierte Partner der Krankenkassen bei der Entwicklung und Umsetzung lebensweltbezogener Gesundheitsförderung berücksichtigt werden.

- **Modellvorhaben zur Gesundheitsförderung durch Amateurmusik ermöglichen**

  Die zuständigen Sozialversicherungsträger und ihre Verbände sollen die Möglichkeiten von Modellvorhaben nach § 20g SGB V gezielt nutzen, um die Potenziale gemeinschaftlichen Musizierens für psychische Gesundheit, Einsamkeitsprävention, soziale Teilhabe und gesundes Altern zu erproben. Alle Vorhaben sind wissenschaftlich zu begleiten und zu evaluieren, um belastbare Evidenz für die Weiterentwicklung von Gesundheitsförderung und Prävention zu schaffen. Der BMCO bringt durch seine vielfältigen Programme und Projekte umfassende Expertise in der Förderung und Weiterentwicklung der Amateurmusik mit und steht als fachlicher Ansprechpartner und möglicher Umsetzungspartner für die Konzeption und Durchführung geeigneter Modellvorhaben zur Verfügung.

- **Anerkennung zivilgesellschaftlicher Kompetenzen und praxisgerechte Qualitätsstandards**

  Die Qualitätskriterien für Gesundheitsförderung in Lebenswelten nach § 20a SGB V müssen gemeinsam mit Akteuren der Amateurmusik daraufhin überprüft und weiterentwickelt werden, wie vorhandene musikalisch-pädagogische, verbandliche und ehrenamtliche Kompetenzen angemessen berücksichtigt werden können. Neben formalen Abschlüssen sollen auch einschlägige Fort- und Weiterbildungen, verbandliche Qualifikationen und nachweisbare Praxiserfahrungen Berücksichtigung finden. Gesundheitsfördernde Maßnahmen sollen in multiprofessioneller Zusammenarbeit mit qualifizierten Fachkräften entwickelt und umgesetzt werden können. Ziel ist es, die Kompetenzen der Amateurmusik einzubinden, geeignete Qualitätsstandards zu sichern und zugleich die besonderen Rahmenbedingungen des ehrenamtlichen Engagements zu berücksichtigen.

  Der BMCO e. V. steht bereit, diesen Prozess mit seiner fachlichen Expertise, seiner langjährigen Erfahrung in der Förderung der Amateurmusik und seiner bundesweiten Vernetzung aktiv zu begleiten und gemeinsam mit den zuständigen Akteuren tragfähige Lösungen für die Umsetzung dieser Forderungen zu entwickeln.

Stand: 6.11.2026

---

[1] AOK-Bundesverband & Deutsches Krebsforschungszentrum (Hrsg.) (2025): Public Health Index. Gesundheitsschutz im internationalen Vergleich. S. 23 https://www.dkfz.de/fileadmin/user_upload/Krebspraevention/Download/pdf/Buecher_und_Berichte/2025_Public-Health-Index.pdf (Zuletzt besucht am 29.10.2026)

[2] Wissenschaftsrat (Hrsg.) (2026): Für Prävention und Gesundheitsförderung handeln in Wissenschaft, Versorgung und Gesellschaft. Positionspapier. Köln. Wissenschaftsrat. Drucksachennummer 3003-26. https://www.wissenschaftsrat.de/download/2026/3003-26.pdf?__blob=publicationFile&v=17 (Zuletzt besucht am 29.10.2026)

Bundesvereinigung Prävention und Gesundheitsförderung e. V. (BVPG) (2026): Gemeinsam Gesundheit fördern. Stellungnahme zum Positionspapier des Wissenschaftsrats „Für Prävention und Gesundheitsförderung handeln in Wissenschaft, Versorgung und Gesellschaft. Bonn. https://bvpraevention.de/newbv/images/Publikationen/BVPG_Stellungnahme_Wissenschaftsrat_Positionspapier_Praevention.pdf (Zuletzt besucht am 29.10.2026)

Bundesministerium für Gesundheit (BMG) (2026): Präventionsoffensive startet: Gesundheit fördern, bevor Krankheit entsteht. Pressemitteilung vom 16. Juli 2026. Berlin https://www.bundesgesundheitsministerium.de/presse/pressemitteilungen/praeventionsoffensive-startet-gesundheit-pm-16-07-2026 (Zuletzt besucht am 29.10.2026)

[3] Deutsches Musikinformationszentrum (miz) (2025): Amateurmusizieren in Deutschland. Ergebnisse einer Repräsentativbefragung in der Bevölkerung ab 6 Jahren. Bonn. S. 6. https://miz.org/de/presse/amateurmusikstudie2025 (Zuletzt besucht am 29.10.2026)

[4] Fancourt D. & Finn, S. (2019): What is the evidence on the role of the arts in improving health and well-being? A scoping review. Health Evidence Network (HEN) Synthesis Report Nr. 67. Copenhagen: WHO Regional Office for Europe. https://iris.who.int/server/api/core/bitstreams/e1cc8536-773d-446f-9822-8ae376f41415/content (Zuletzt besucht am 29.10.2026)

[5] Bundesmusikverband Chor & Orchester e. V. (BMCO) (2023): Positive Aspekte des Musizierens. Version 1.2. Berlin. https://frag-amu.de/wp-content/uploads/2023/08/Positive-Aspekte-des-Musizierens.pdf (Zuletzt besucht am 29.10.2026)

[6] McCrary, J.M., Altenmüller, E., Kretschmer, C., Scholz, D.S. (2022): Association of Music Interventions With Health-Related Quality of Life: A

Systematic Review and Meta-analysis. JAMA Network Open, 5(3), e223236. (Keine Seitenanzahl im Abstract gelesen) https://jamanetwork.com/journals/jamanetworkopen/fullarticle/2790186 (Zuletzt besucht am 29.10.2026)

[7] Becher, H., Krist, L., Menzel, J., Fernholz, I., Keil, T., Kreutz, G., Schmidt, A., Streit, F., Willich, S.N., Weikert, C. (2024): Music-Making and Depression and Anxiety Before and During the COVID-19 Pandemic—Results From the NAKO Cohort Study in Germany. International Journal of Public Health 69, 1606993. https://www.readcube.com/articles/10.3389/ijph.2024.1606993 (Zuletzt besucht am 29.10.2026)

[8] Menzel, J., Kreutz, G., Jabusch, H.-C., Becher, H., Krist, L., Keil, T., Borngräber, F., Schmidt, A., Willicht, S.N., Fernholz, I., Weikert, C. (2024): Musical activity in a subsample of the German National Cohort study. Scientific Reports, 14, Artikel 14069. https://www.nature.com/articles/s41598-024-64773-3.pdf (Zuletzt besucht am 29.10.2026)

[9] NAKO Gesundheitsstudie (o.J.): Musik und Gesundheit: Zusammenhänge zwischen aktivem Musizieren, Musikrezeption und Lebensqualität und dem Auftreten von chronischen Erkrankungen uin der Allgemeinbevölkerung. Projektinformation. Heidelberg/Berlin. https://nako.de/forschung/forschungsprojekte/zusatzprojekte/musik-und-gesundheit-zusammenhaenge-zwischen-aktivem-musizieren-musikrezeption-und-lebensqualitaet-und-dem-auftreten-von-chronischen-erkrankungen-in-der-allgemeinbevoelkerung-2 (Zuletzt besucht am 29.10.2026)