

Musiktherapie bei Kindern mit ADS

Katja Fraaß

Si - ne mu - si - ca nul - la vi - ta! Si - ne mu - si - ca nul - la
vi - ta, nul - la vi - ta, nul - la vi - ta, nul - la vi - ta, si - ne mu - si - ca!

Sine musica nulla vita! – Ohne Musik kein Leben!

Die in diesem Beitrag dokumentierte musiktherapeutische Praxis findet im „Kleeblatt“ statt, einer Einrichtung, in der junge Menschen betreut und beschult werden, deren seelische Gesundheit von dem für das Lebensalter typischen Zustand abweicht. Sie sind in ihrer Teilhabe am Leben in der Gesellschaft so beeinträchtigt, dass eine Beschulung in einer Grund-, Regel- oder Förderschule zeitweise nicht möglich ist.

Das Entwicklungsbild der Kinder und Jugendlichen umfasst eine geringe psychische Belastbarkeit, Affektlabilität, Steuerungsschwäche, starke motorische Unruhe, spontan aggressive und dissoziale Verhaltensweisen, aber auch Leistungsveragen oder -verweigerung, Schulangst und hochgradige Konzentrationsschwäche. Das Lernen im „Kleeblatt“ erfolgt in Lerngruppen mit maximal 7 Kindern pro Gruppe. Lehrer, Sozialpädagogen, Therapeuten und Eltern arbeiten hier sehr eng zusammen.

Je nach individuellen Fortschritten im kognitiven, sozialen und emotionalen Bereich werden die Kinder und Jugendlichen in die allgemeinbildenden Schulen reintegriert.

Die Musiktherapie findet überwiegend als Einzeltherapie statt. Im Zeitraum von 2000 bis 2003 habe ich fünfundzwanzig Kinder und Jugendliche therapeutisch begleitet.

Entwicklungsverzögerung



Der Therapieraum bietet durch seine Größe den Kindern viel Bewegungsfreiheit.

Gleichzeitig kann er durch einen Vorhang abgeteilt werden.

Neben einer großen Auswahl an Instrumenten: Trommeln, Congas, E-Gitarre, Keyboard, Akkordeon, Becken, Steeldrum, Oceandrum, Harfen,

Flöten, Mundharmonikas, Glockenspiele, Klangstäben, Chimes, Regenmacher, Rhythmusinstrumenten, ect. stehen den Kindern auch andere Materialien wie Fingerfarben, Stifte, Ton, Material zum Instrumentenbau, Tücher, Kuscheltiere, Bücher und eine „Verkleidekiste“ zur Verfügung.



Eine Stereoanlage, ein Fernseher und eine Videokamera zur Aufnahme der einzelnen Sitzungen befinden sich ebenfalls im Therapieraum.

In meinem Beitrag stelle ich die therapeutische Arbeit mit einem Jungen in den Mittelpunkt, der seit ca. zwei Jahren im „Kleeblatt“ beschult wird

und einmal wöchentlich zu mir in die Therapie kommt.

Jan¹ wurde 1994 geboren. Er ist der Jüngere von zwei Kindern.

Die Geburt verlief normal, allerdings drei Wochen vor dem errechneten Termin.

Über die Schwangerschaft der Mutter wird berichtet, dass sie unter Erschöpfungszuständen mit gelegentlichen Ohnmachtsanfällen. Auffälligkeiten in Form von Unruhe und Ängstlichkeit wurden bei Jan schon im Säuglingsalter beobachtet. Als Jan zweieinhalb Jahre alt war, trennten sich seine Eltern.

In einem ersten psychologischen Gutachten von 2001 wird die Diagnose: chronisches hirnorganisches Psychosyndrom und eine diskrete cerebrale Bewegungsstörung beschrieben.²

Aus einem zweiten Gutachten vom September 2002 geht hervor, dass eine einfache Aufmerksamkeitsstörung (ADS), die im Zusammenhang mit dem hirnorganischen Psychosyndrom zu sehen ist, und eine massive Konzentrationsstörung vorliegen.³ Ein neurologisches Gutachten liegt nicht vor.

*chronisches
hirnorganisches
Psychosyndrom
und eine diskrete
cerebrale Bewe-
gungsstörung*

*Aufmerksam-
keitsdefizit-
syndrom (ADS)*

Als *Aufmerksamkeitsdefizitsyndrom (ADS)* bezeichnet man eine Verhaltensstörung mit:

Aufmerksamkeits- und Konzentrationsstörungen

Impulsivität

Mangelnder Frustrationstoleranz

evtl. motorischer Hyperaktivität (vgl. Pschyrembel, 1998, 148).

Ich habe in der Literatur ca. 8 - 10 verschiedene Bezeichnungen für das ADS-Syndrom verwendet werden.

In einem Artikel der Zeitschrift *Psychologie Heute* bezeichnete Prof. Russell Barkley von der Universität Massachusetts: „ADHS als eine Störung der Selbstregulation, nämlich der Fähigkeit, innezuhalten und nachzudenken, bevor man handelt. Es mangelt ADHS`lern an der Fähigkeit, in ihrer Psyche unwillkürliche Reaktionen auf äußere und innere Reize zu unterdrücken. Es fällt ihnen schwer, dem roten Faden zu folgen. ... alles - ob wichtig oder unwichtig - fließt ungefiltert und ungebremst ins Bewusstsein. ...

Den Aufmerksamkeitsgestörten fehlt es nicht eigentlich an Aufmerksamkeit. ADHS`ler wenden sich durchaus aufmerksam der Welt zu – aber eben nur kurz-

¹ Name wurde geändert

² laut Gutachten einer Fachärztin für Kinder- und Jugendpsychiatrie

³ laut Gutachten einer Dipl.- Psych. / Psycholog. Psychotherapeutin

fristig, so lange ihnen der jeweilige Gegenstand neu und interessant erscheint. Sie können den Scheinwerfer ihrer Aufmerksamkeit nicht dort halten, wo sie ihn haben wollen, sondern er hüpfert ihnen hin und her. Statt von innen werden sie von außen gesteuert – von den Signalen ihrer Umgebung. ... Sie verteilen ihre Aufmerksamkeit eher willkürlich als willentlich, und es fällt ihnen schwer, das Wahrgenommene zu integrieren“ (zit. nach Saum und Adelhoff 2001, 30 und 32).

Bei Jan wird die ADS- Störung im Zusammenhang mit dem hirnorganischen Psychosyndrom gesehen.

Das heißt ganz allgemein, dass psychische Veränderungen durch Hirnkrankheiten und organische Körperveränderungen entstanden sind. *hirnorganisches Psychosyndrom*

In der Vergangenheit wurde für das ADS- Syndrom eine organisch bedingte Stoffwechselstörung im Gehirn verantwortlich gemacht (Dopamin - Mangel). Dieser organische und lebenslange Defekt sei Ursache für das Verhalten der Kinder und ließe sich am besten medikamentös korrigieren.

Bis heute gibt es aber keine endgültige Aussage über die Entstehung der Krankheit. Das Gehirn ist ein sehr komplexes und anpassungsfähiges Organ.

Bestimmte Bereiche im Gehirn (z.B. des Stirnhirns) entwickeln sich erst nach der Geburt und strukturieren sich durch deren Gebrauch. Die Entwicklung und Ausreifung des kindlichen Gehirns wird also von gesellschaftlichen, familiären und sozialen Lebensbedingungen, von der Qualität der Beziehungen, den Möglichkeiten des Spiels und der Bewegung beeinflusst (vgl. Hüther und Gründler, 2002, 42).

Man ist sich mittlerweile darüber einig, dass mehrere Einflussfaktoren ADS bedingen. Genannt werden erbliche und anlagebedingte Faktoren, biochemische, hirnorganische und psychosoziale Faktoren.

Im Laufe der Falldarstellung werde ich immer wieder auf die Symbolik der Musik zu sprechen kommen. Symbole sind Erkennungszeichen. Die Musik als Symbol lässt hörbar bzw. erkennbar werden, was bei Jan hinter den sichtbaren angebotenen Verhaltensweisen steht. Ich suche einen therapeutischen Ansatz, um einen Weg mit Jan aus der Störung zu finden. *Musik als Symbol*

In meiner therapeutischen Arbeit mit Jan entwickelte sich ein sehr dichtes Wechselspiel von szenischer und musikalischer Improvisation. Dabei machte ich die Erfahrung, dass sich die musikalische Improvisation in einem Punkt wesentlich von der szenischen unterscheidet: Im szenischen Spiel entstanden über die Sprache in unserer Vorstellung Bilder (Metapher) für eine Situation. In den musikalischen Improvisationen erlebten wir das Symbolisierte emotional. Gefühle, die Jan im Zusammenhang mit einer Situation oder seiner Störung erlebt hatte, wurden präsent. Sie fanden in der Musik Resonanz und waren konkret und aktuell für mich und Jan im Ton, Klang, Rhythmus, in der Dynamik, Melodie und Form hörbar, fühlbar und gestaltbar. Das Musizieren selbst war also ein symbolisches Ereignis. Im Umgang und Spiel mit den Instrumenten traf das Unbewusste mit dem Bewusstsein zusammen und kam zum Ausdruck. Im Schutzraum der musikalischen Improvisation konnte Jan schmerzhaft und verdrängte Gefühle nachspielen. Das war einfacher, als darüber zu sprechen. Seine Schwierigkeiten, Entwicklungshemmungen und Störungen wurden Thema. Ich erfuhr etwas darüber, wo Jan gerade stand und was nicht „stimmig“, war. *Wechselspiel von szenischer und musikalischer Improvisation*

Als Mitspielerin konnte ich mich in Jan hineinversetzen, mitfühlen und miterleben. Im Erleben und Spielen mit dem Symbolisierten in der Improvisation kam

eine Auseinandersetzung des Bewusstseins mit dem Unbewussten in Gang, und Jan fand in diesem Prozess selbst neue Möglichkeiten und Wege, um mit seinen Schwierigkeiten umzugehen.

Mein Ziel war es, ihm zu helfen, sich mit sich selbst einverstanden zu erklären und damit wieder in Einklang mit sich selbst zu kommen.

Die Art und Weise, wie Jan die symbolischen Spiele veränderte und weiterentwickelte, offenbarte Veränderungen in seiner Psyche und die Erweiterung seiner Handlungsfähigkeit. Gleichzeitig erhielt ich Anhaltspunkte, welche musikalischen Impulse Jan jeweils würden weiterbringen können.

Von mir selbst war in diesem Prozess immer wieder Zurückhaltung bei Deutungen und Interpretationen gefordert. Mein eigenes Erleben im Prozess und meine Assoziationen konnten, aber mussten nicht mit Jans Erleben übereinstimmen.

Fallbeispiel

Jan ist zum Zeitpunkt des Therapiebeginns 7 Jahre alt. Er lebt gemeinsam mit seinem älteren Bruder bei der Mutter. Die Familie des Vaters besucht Jan vierzehntägig am Wochenende.

Wie schon aus der Anamnese hervorging, wird Jan als sehr unruhig und ängstlich beschrieben.

Meine erste Begegnung mit Jan

Jan sitzt mir gegenüber und zeigt sich sehr aufgeschlossen. Er erzählt mir bis ins Detail technische Funktionsweisen am Computer. Auf diesem Gebiet scheint er sich gut auszukennen.

Während ich ihm zuhöre, rückt Jan immer näher an mich heran. Bald ist er so nah an meinem Gesicht und haben mich seine Augen so fest fixiert, dass ich unwillkürlich den Drang verspüre zurückzuweichen. Das ist mir zu nah!

Doch Jan scheint es nicht nah genug zu sein. Sein ganzer Körper ist mir in angespannter Haltung zugewandt. Sein Blick weicht keine Sekunde mehr von mir.

Während er erzählt bemerke ich, dass sehr starke Anspannung und Erregung in seiner Stimme liegen. Er spricht in sehr hohen Stimmlage und bringt damit etwas Kleinkindhaftes zum Ausdruck. Ohne Pausen redet Jan auf mich ein. Ich verspüre das Bedürfnis, dringend Luft zu holen. Dieses pausenlose Reden, diese Atemlosigkeit lösen bei mir Stress aus. Ich setze mich ein Stück zurück.

Doch Jan folgt mir. Er lässt nicht zu, dass wir uns aus den Augen verlieren.

Diese erste Begegnung enthält eine Fülle von Symbolen, die durch Mimik, Gestik, Körper und Stimme etwas über Jan offenbaren.

Symbolik der Stimme

Der **Klang** von Jans Stimme versetzt den inneren und äußeren Raum in Resonanz und lässt mich Stress fühlen. Etwas in ihm ist verstimmt, sein „Tonkörper“, ist angespannt. Die hohe Stimmlage wirkt auf mich wie eine Sirene, alarmierend und appellierend. Auch mein Körper beginnt sich anzuspannen. Jan setzt sich so nah an mich heran, dass der Klang sich immer stärker verdichtet. Ich fühle Angst, von dieser Nähe und Klangdichte erstickt zu werden und kann nicht ausweichen. Immer wieder folgt mir Jan.

Angst

Dem Resonanzprinzip folgend, frage ich mich, welche Angst Jan haben könnte. Er lässt mich nicht mehr aus den Augen und versucht, jegliche Distanz zu verhindern. Ich vermute: Angst vor Verlust von Kontakt, Beziehung und Aufmerksamkeit. Jan appelliert an mich: „Sei aufmerksam!“

Sprachmelodisch fällt besonders auf, dass es in diesem Redefluss keine Pausen gibt. Eine Musik ohne Pausen. Erzählt die Melodie in seiner Sprache von einem Jungen, der pausenlos in Gang gehalten wird und dadurch selbst in Stress geraten ist?

Von wem oder was wird er in Gang gehalten?

Stehen Jans sozialen Bindungen wie z.B. die Familie unter „Stress“?

In unserer heutigen Zeit werden hohe Anforderungen an die Eltern am Arbeitsplatz und zum Erhalt des Lebensstandards gestellt.

Hinzu kommt häufig, wie auch im Falle von Jan, das Fehlen eines Elternteils. Dies bedeutet massive Veränderungen in den Familienstrukturen, die mit Verlust ver-

bunden sind und häufig auch alleinerziehenden Elternteil überfordern. Kinder wie Jan verlieren Strukturen, Beziehung und Aufmerksamkeit. Das erzeugt Angst.

In den folgenden Monaten kommt Jan einmal pro Woche zu mir in die Musiktherapie.

Jan hat einen sehr großen Bewegungsdrang. Er dreht sich pausenlos im Kreis und kann kaum eine Minute stillsitzen. Ruhelos und suchend bewegt er sich im Raum. Viele Spielangebote lehnt Jan einfach ab. Sie interessieren ihn nicht.

Da entdeckt Jan in einer Therapiestunde ein paar Tücher und möchte sich als Vogel verkleiden und ein Nest bauen. Er spielt das Vogelbaby und ich als Vogelmama soll ihn füttern und versorgen. Dieses Spiel ist der Beginn eines langen Prozesses über mehrere Monate, dem wir unsere ganze Aufmerksamkeit widmen.

Anfangs ist Jan sehr damit beschäftigt, das gebaute Nest auf seine Sicherheit zu überprüfen. Immer wieder wird die Existenz des Nestes im Spiel stark bedroht. Figuren, wie der Wolf, der Fuchs und die Katze treten in Erscheinung und wollen es zerstören.

Jan will das Nest nun nicht mehr verlassen. Im Spiel meint er:

„Wenn wir wegfliegen, um Futter zu besorgen und dann wiederkommen, haben die unsere Nester zerstört und die Eier liegen am Boden. Ich will noch nicht sterben. Ich will doch noch hier sein.“

Jan versucht das Nest immer besser zu sichern und doch bleibt die Angst.

Gefühle finden Resonanz



Als in einer Therapiestunde Wasser droht, uns wegzuspülen, mache ich Jan den Vorschlag, das Wasser musikalisch darzustellen. Er ist damit einverstanden.

Für das Wasser stellt Jan Bongos vor mich hin. „Das spielst Du!“

Vom Wasser bedroht

Dann geht er zielgerichtet zu den beiden Becken, die an einem großen Gestell befestigt sind. Mit meiner

Bongos und Becken

Hilfe tragen wir dieses Gestell in die Mitte des Raumes und stellen es den Bongos gegenüber. Zwischen beiden Instrumenten steht das Nest, in dem das imaginäre Vogelbaby sitzt. Dann holt sich Jan einen Stuhl, einige Kissen als Sitzhöhe, ein Paar Sticks und setzt sich hinter die Becken.

Er beginnt abwechselnd ganz zaghaft die Becken zu spielen. Dabei schaut er immer auf das Becken, welches gerade klingt. Zwischen beiden Becken entsteht ein Gespräch. Jans ganze Aufmerksamkeit ist darauf gerichtet. Mit jedem Schlag spielt er lauter und schneller.

Da entdeckt Jan die Chimes, die seitlich am Gestell befestigt ist. Jan rückt ganz nah an sie heran und schlägt vorsichtig und langsam mit den Sticks einzelne Klangstäbe der Chimes an. Dazu bemerkt er: „Jetzt fängt es an zu regnen.“ Durch dieses Heranrücken von Jan, verrutschen die Kissen und fallen zu Boden. Jan hebt sie auf, berührt noch einmal die Chimes, wendet sich dann aber wieder den Becken zu. Diese spielt er noch einmal abwechselnd langsam und leise. Allmählich wird sein Spiel auf den Becken immer lauter und schneller, bis er es mit einem heftigen Schlag auf eines der Becken beendet.

Nach dem der letzte Schlag verklungen ist, tritt Ruhe ein.

Jan stellt fest: „Oh mein Ohr ist zu. Das hat gedöhnt, weil es so laut war. Da war mein Trommelfell gar nicht so schnell.“

Während des Spielens kommt mir das Bild eines Streites und ich sage zu Jan: „Das klang wie ein Streit zwischen beiden Becken, der immer lauter wurde und das Vogelbaby saß mittendrin und konnte nichts tun.“



Jan schaut bedrückt auf die Becken: „Ja und die Mutter auch nicht. Als ich noch leise gespielt habe, das war im Wald.“

Die Symbolik der Musikinstrumente

An dieser Stelle möchte ich zurückschauen, was musikalisch abgelaufen ist und was sich in der Musik in dieser Sequenz symbolisch offenbart hat.

Beziehen wir uns zunächst auf die **Instrumente**. Sie dienen als Übergangsobjekte zwischen äußerer Wirklichkeit und innerem Erleben.

So wie Jan die Instrumente auswählt und aufstellt, baut er seine Wirklichkeit auf. Jan wählt für mich die Bongos und für sich zwei Becken aus.

Die kreisrunden Spielflächen beider Instrumente erinnern mich an sein Bewegungsmuster – das pausenlose Kreisen.

Die beiden Becken sind auf einer gemeinsamen Ebene angeordnet und an einem sehr großen und schweren Metallgestell befestigt. Jan benötigt meine Hilfe, um dieses Gerüst aufzustellen. Es ist für ihn allein viel zu groß und schwer.

Dann setzt sich Jan hinter die Becken. Er möchte sie in Augenhöhe vor sich haben. Da er aber noch zu klein ist, braucht Jan zwei Kissen als Sitzerhöhung.

Trotz dieser Kissen ist Jan kaum noch zu sehen.

Die Becken spielt er mit Hilfe zweier Sticks, die einerseits Distanz schaffen, aber auch Distanz überbrücken können.

Auf die Chimes scheint Jan erst während des Spielens aufmerksam zu werden. Sie sind seitlich auf gleicher Höhe wie die Becken angebracht, aber viel kleiner. Er wendet sich ihnen zu, in dem er mit seinem ganzen Körper an die Chimes heranrückt und Kontakt zu ihnen sucht. Als die Kissen während des Spielens verrutschen und zu Boden fallen, verliert Jan für einen kurzen Moment diesen Kontakt. Er nimmt ihn noch einmal auf und wendet sich erst danach wieder den Becken zu. Jan hat sich so eingerichtet, dass er zu jeder Zeit und zu allen Instrumenten Kontakt haben kann. Dies scheint für ihn sehr wichtig zu sein.

Er hat sich mit den Instrumenten eine Wirklichkeit aufgebaut, die er nur mit Hilfestellungen durch mich, die Kissen und die Sticks bewältigen kann.

Symbolik des Klangs

Während der Improvisation versetzt der **Klang** der Becken den Raum in eine sehr starke Resonanz. Die Becken schwingen lange nach. Dieses lange Nachschwingen lässt mich mit wachsender Lautstärke und Tempo Aggressivität, Bedrohung, Übermacht und körperlichen Schmerz in den Ohren fühlen.

Auch Jan hat diesen Schmerz gefühlt und erlebt. Sein Trommelfell kommt nicht hinterher. Es ist zu laut und zu schnell. Das Ohr schützt sich und macht zu.

Die Chimes spielt Jan, in dem er vorsichtig mit den Sticks an den Klangstäben entlang streicht. Ich nehme sphärisch, hohe Klänge wahr. Jan verbindet damit „Regen“.

Symbolik der musikalischen Harmonie

Betrachten wir das **Harmoniegeschehen**, das gleichzeitige Erklingen verschiedener Töne.

Anfänglich spielt Jan die Becken so, dass die Töne nacheinander erklingen. Mit wachsendem Tempo und Lautstärke überlappen sich die Töne und verschwimmen im Schwingen ineinander. Dabei entstehen spannungsreiche Dissonanzen.

An dieser „Reibungsfläche“ kommen Konflikte zum Ausdruck. Die Becken schaukeln sich gegenseitig hoch. Die Spannungen können keine Auflösung finden. Der Streit endet für Jan mit einem heftigen Schlag auf eines der Becken.

Symbolik von Dynamik und Rhythmus

Die Wirkung des Klanges wird im Spiel maßgeblich verstärkt durch die **dynamische** Entwicklung, mit der die Töne erzeugt werden.

Die Improvisation beginnt, in dem Jan die Becken abwechselnd ganz leise und

langsam anschlägt.

In diesem gleichmäßigen, **rhythmischen** Pendeln kooperieren die Becken miteinander. Sie bringen Verständnis, Ordnung und Gleichgewicht zum Ausdruck. Jan ist dabei ganz aufmerksam und konzentriert. Er hört genau hin. Er kann noch folgen. Noch ist es auch sein Tempo.

Jan scheint in einer Zeit zu sein, in der er noch im Einklang mit sich und der Welt ist. Zwischen ihm und dem Klang der Becken und zwischen den Becken selbst gibt es noch eine Verständigung – er wird verstanden und kann verstehen. Später sagt Jan: „Als ich noch leise gespielt habe, das war im Wald.“⁴

Doch die Dynamik verändert sich. Das Spiel wird immer lauter und schneller.

Da unterbricht Jan für einen Moment diese Entwicklung. Er richtet seine Aufmerksamkeit auf die Chimes. Er wendet sich dem „Regen“ zu.

Dann beginnt Jan wieder abwechselnd langsam und leise auf den Becken zu spielen. Diese Wiederholung führt dazu, dass das Erleben im Spiel noch vertieft und dem Unbewussten näher gebracht werden kann.

In dieser Phase des Spielens entwickelt sich zwischen den Becken und den Bongos ein intensiver musikalischer Kontakt. Wir finden einen gemeinsamen Rhythmus, mit dem ich Jan begleiten, stützen und stabilisieren kann.

Über längere Zeit können wir diesen Kontakt im gemeinsamen Rhythmus durchhalten.

In der weiteren dynamischen Entwicklung lauter und schneller gerate ich selbst in eine Übertragung. Ins eigene Spiel vertieft verändere ich mein Tempo und werde schneller. Für Jan ist dieses Tempo zu schnell. Er kommt nicht mehr hinterher. Er ist diesem Tempo und dieser Lautstärke nicht mehr gewachsen. Das gemeinsame Rhythmusspiel bricht zusammen. Wir verlieren den Kontakt. Jan beendet sein Spiel.

Offensichtlich ist Jan diese Situation bekannt. Sie scheint eine Wiederholung zu sein, die ihren Ursprung in der Beziehung zu wichtigen Personen aus seiner Vergangenheit hat. Als ich Jan sage: „Das klang wie ein Streit zwischen beiden Becken, der immer lauter wurde und das Vogelbaby saß mittendrin und konnte nichts tun,“ antwortet er: „Ja und die Mutter auch nicht.“

Ich habe im Spiel die Rolle der Mutter übernommen. Weder Jan, noch ich können den Streit, der sich hochschaukelt, auflösen.

Als Jan nicht mehr in der Lage ist, dem Tempo zu folgen und damit die Situation zu bewältigen, versucht er sich selbst zu retten. Er beendet das Spiel.

Fritz Hegi spricht im Zusammenhang mit lauter und schneller werdender Dynamik von der Fliehkraft (1998, 226).

Betrachten wir diesen musikalischen Ausdruck in Bezug auf Jans Lebenssituation: Nach einem Verlust von Einklang, Nähe, Bindung, Halt, Aufmerksamkeit, Zuwendung und Gleichgewicht (die Erfahrung im Wald) entwickeln sich Spannungen, die unauflösbar scheinen.

Jans Verhaltensweisen: Unruhe, ständiger Bewegungsdrang, pausenloses Reden und Kreisen sind Ausdruck eines aus dem Gleichgewicht geratenen Jungen. Er ist dieser Wirklichkeit nicht mehr gewachsen und muss deshalb aussteigen.

Im weiteren Verlauf integriert Jan diesen musikalischen Streit in das szenische Spiel von Vogel-mama und Vogelbaby.

Er beschreibt: „Im Wald haben sich zwei Wölfe gestritten, wer uns beide kriegt. Und dann kam die Katze, ist auf den Baum geklettert, wo das Nest ist. Dabei ist Baumrinde abgefallen, fiel auf die

*Musikalische
Symbolik als
Ausdruck psy-
chosozialen Er-
lebens*

⁴ Wald: In früheren Therapiesitzungen brachte Jan den Wald als Symbol für Schutz und Versteck in Verbindung

zwei Wölfe und es gab es einen riesigen Streit. Zum Schluss gab es dann nur noch einen Wolf.“ Diese sprachlichen Metaphern, die im Spiel immer wiederkehrten, können sehr eindeutig mit der Trennung der Eltern in Zusammenhang gebracht werden.

In die Ehekrise der Eltern, tauchte eine dritte Person auf, die aus Jans Sicht das Nest als zu Hause bedrohte und den endgültigen Bruch der Beziehung hervorgerufen hat.

Jans ununterbrochenes, pausenloses Reden, Kreisen und Bewegungen könnten Reaktionen und Versuche sein, den Bruch in der Familie und damit den Verlust von Zusammengehörigkeit und „heiler“ (in Form von „ganz sein“) Beziehung zu bewältigen.

Entdecken neuer Handlungsstrategien

Die musikalische Improvisation scheint eine schmerzhaft, lebensbedrohliche Erinnerung aus Jan's Vergangenheit offenbart zu haben. Sie wurde von Jan noch einmal nacherlebt. Dadurch konnten seine Verhaltensweisen in einen Zusammenhang gebracht werden.

Damit diese Störung aber langfristig nicht mehr zerstörend und allgegenwärtig im täglichen Leben wirkt, muss der begonnene Prozess in der Musiktherapie so gestaltet werden, dass Jan neue Handlungs- und Bewältigungsstrategien entwickelt und persönliches Wachstum möglich wird.

Dementsprechend begeben wir uns im weiteren szenischen Spiel gemeinsam auf die Suche nach neuen Handlungsstrategien. Wir integrieren die musikalische Sequenz in das szenische Spiel von Vogelbaby und Vogel mama. Jan verkleidet sich als Vogelbaby, setzt sich ins Nest, zieht das große Schwungtuch über sich und gibt mir auf, auf dem Becken das Wasser zu spielen.

Während es dröhnend laut wird, kauert sich Jan zusammen und sinkt immer tiefer in das Nest. Als es wieder still im Raum ist, ruft er mit ängstlicher Stimme: „Mama – wo bist Du? Kommst Du zu mir?“

„Was ist passiert?“ frage ich ihn. Jan antwortet: „Eben war das Wasser da und hat mich fast überschwemmt. Ich hatte Angst, dass das Wasser immer höher steigt.“

„Was hast Du da getan?“

„Gar nichts. Ich wusste nicht genau, was ich tun soll.“

Da fällt Jan plötzlich etwas ein: „Ich könnte ja wegfliegen.“

Das spielten wir dann.

Während die Becken sich wieder gegenseitig hochschaukeln, entscheidet sich Jan diesmal aus dem Nest auszusteigen und wegzufiegen als es ihm zu laut wird. Er sucht Schutz hinter dem Vorhang, auf dem ein Wald dargestellt ist. Als Ruhe einkehrt, fliegt Jan ins Nest zurück.

Damit ist es ihm gelungen, sich nicht mehr auszuliefern, sondern aktiv zu werden. Jan hat die Erfahrung gemacht, bisher erlebte Grenzen verändern zu können. Er hat im Spiel eine neue Möglichkeit des Umgangs mit seiner Angst und Hilflosigkeit gefunden.

Der Prozess des Nachnährens und Haltens

In den folgenden Wochen und Monaten beschäftigt sich Jan nun aktiv mit diesen Ängsten. Im symbolischen Spielen von Vogel mama und Vogelbaby bauen wir gemeinsam ein sicheres Nest⁵.

Jan entdeckt auf seiner Suche nach Möglichkeiten den Biber⁶ als hilfreichen Freund. Wir verjagen den Wolf⁷, den Fuchs⁸ und die Katze⁹.

Jan verlässt immer häufiger allein das Vogelnest und überwindet seine Ängste. Wir bauen unser Nest zu einem Schiff¹⁰ um und fahren damit durch viele Gewässer und Meere¹¹. Dabei lernen wir

⁵ Nest: bei Jan Symbol für Zuhause, Geborgenheit, Sicherheit

⁶ Biber: bei Jan Symbol für Freund, der sichere Nester über und unter Wasser baut

⁷ Wolf: bei Jan Symbol für Gefahr, Grausamkeit, Furcht, aber auch mächtiger und wachsamer Schützer

⁸ Fuchs: bei Jan Symbol für Schlaueit und Hinterlist, er ist ein trickreicher Verführer

⁹ Katze: bei Jan Symbol für ein listiges, trügerisches, undurchschaubares, weibliches Tier mit aggr. Haltung

¹⁰ Schiff: bei Jan Symbol für ein sicheres Gefährt, mit dessen Hilfe wir vorwärts kommen, Neues kennenlernen

viele neue Länder kennen.

Es beginnt ein Prozess des Nachnährens. In den musikalischen Sequenzen spielt das Tempo eine zentrale Rolle. Wie schnell und lang halten wir durch, ohne uns zu verlieren? Im gemeinsamen symbolischen Spielen mit dem Tempo prüft Jan unsere Beziehung immer wieder auf Halt, Vertrauen und Sicherheit.

Er macht die Erfahrung, dass jeder Mensch ein eigenes Tempo und einen eigenen Rhythmus hat, dass man sich aufeinander einstimmen, aber auch abgrenzen kann. Erst nach dieser Erfahrung des Gehaltenwerdens und der Sicherheit ist es Jan möglich, sich im anderen Tempo einzustimmen und Pausen einzulegen ohne Angst, sich selbst oder den anderen zu verlieren.

*Symbolik des
Tempos*

Ich möchte Zurückerinnern an die erste Begegnung mit Jan und jetzt mit einer vergleichbaren Situation anderthalb Jahre später anknüpfen.

*Veränderungen -
Evaluation mei-
ner Arbeit*

Die Stunde beginnt mit einem Ritual: Jan sucht sich die CD mit seinem Lieblingshit „Sing Halleluja“ heraus. Wir beginnen beide zu tanzen, jeder in seinem eigenen Tempo. Nach einer Weile nimmt Jan meine Hände und lässt sich von mir drehen. „Ich halte dich!“ sage ich und Jan strahlt übers ganze Gesicht und ruft „Ja!“ Im Vertrauen und der Beziehungssicherheit tanzt Jan ganz gelöst. Er genießt diesen Zustand des Gehaltenwerdens.

Dann schaut Jan prüfend zu mir, ob ich seinem Tempo folgen kann. Er verringert sein Eigenes, um diesen gemeinsamen Tanz im „Einklang“ zu erleben. Am Ende des Tanzes wünscht sich Jan eine Pause. Im Raum ist es vollkommen still. Ich lege mich auf den Boden, um auszuruhen. Jan kommt zu mir, streichelt kurz meine Hand und legt sich dann ebenfalls in einiger Entfernung auf den Boden. Wir genießen die Ruhe, nehmen unseren Atem wahr und machen Pause. Nach dieser Ruhephase schaltet Jan die Musik nochmals an und tanzt wild über den Teppich. „Du kannst dich ruhig noch ausruhen“ meint er zu mir.

Dann legt sich Jan wieder auf den Boden. Dieser Wechsel von Bewegung und Pause wiederholt sich mehrmals.

Danach setzt sich Jan zu mir und beginnt eine Unterhaltung.

Während er erzählt sitzt Jan ruhig und entspannt vor mir. Er redet langsam. Zwischendurch hört er aufmerksam zu, was ich zu sagen habe und erzählt dann weiter.

Im **sprachmelodischen** Ausdruck wird ein Wechselspiel von Tönen, Akzenten, Betonungen und Pausen deutlich. Da ist nichts von Stress und pausenlosem in Gang gehalten werden zu spüren. Dieses Wechselspiel macht deutlich, dass Jan seine Ausdrucksmöglichkeiten erweitert hat.

Auch der **Klang** von Jans Stimme vermittelt Ruhe, Ausgeglichenheit und Gestimmtheit. Der Stimmklang dringt weder ängstlich noch appellierend auf mich ein. Jan fühlt sich sicher.

Die **dynamische** Kraft langsam und leise in diesem Gespräch bringt zum Ausdruck, dass es Jan nun möglich ist, aufmerksam, konzentriert, beständig und sicher im Kontakt zu sein.

Das **rhythmische** Tempo als symbolischer Ausdruck für das Lebenstempo zeigt eine Veränderung im Finden des Maßes und der Angemessenheit im Umgang mit sich und anderen.

Die Resonanz im Raum offenbart eine Atmosphäre der Entspannung, Ausgeglichenheit und des Einklangs.

*Veränderungen
im sprachmelodi-
schen Ausdruck*

Jan ist mit sich und der Welt ein ganzes Stück in Einklang gekommen.

Seine Angst vor Verlust von Beziehung und Kontakt konnte sich durch neue Erfahrungen im symbolischen Spielen lösen. Im Laufe des Spielens entwickelte Jan Handlungsautonomie.

¹¹ Wasser: bei Jan Symbol für Bedrohung, Unberechenbarkeit und Angst; später bringt uns das Schiff auf dem Wasser zu neuen Ländern und ermöglicht neue Erfahrungen

*Veränderungen
im Lebensalltag*

Nach einem Jahr Arbeit im „Kleeblatt“ mit Lehrern, Sozialpädagogen, Therapeuten und der Mutter konnte Jan im Sommer 2002 mit einer stundenweise in eine reguläre Grundschule integriert werden.

In einem Gespräch mit der Mutter wurde deutlich, welche Veränderungen auch außerhalb des Therapieraumes stattgefunden hatten. Jans jahrelange Verweigerungshaltung gegenüber allen Anforderungen mit der Begründung „Das kann ich nicht!“ hatte sich soweit verändert, dass er innerhalb eines Jahres begonnen hatte, schreiben und lesen zu lernen. Die Mutter selbst stellt fest, dass Jan mehr Selbstsicherheit, Selbstvertrauen und Selbstbewusstsein entwickelt hat.

Auch berichtet die Mutter, dass Jan nun seltener distanzlos und aufdringlich gegenüber anderen sei und sich nicht mehr pausenlos im Kreis drehe.

Jans Probleme im Kontakt mit anderen bringt die Mutter ebenfalls in Zusammenhang mit der Trennung der Eltern und dabei negativ erlebten Beziehungen. Sie beobachtet, dass Jan nun zunehmend in der Lage sei, von sich aus mit ihr darüber zu sprechen. Wünsche und Sorgen in diesem Zusammenhang kann Jan nun zum Ausdruck bringen.

*Resümee der
musiktherapeutischen
Praxis*

Die Betrachtung der Musik als Symbol erhöht die Sensibilität für nonverbale Äußerungen. Der Zusammenhang zwischen innerpsychischen Vorgängen und äußerem Verhalten wird dadurch transparent, und es entsteht eine differenziertere Sichtweise auch in Bezug auf das Störungsbild ADS.

Die gemeinsame therapeutische Arbeit mit Jan warf auch bei mir selbst viele Fragen auf. Welche gesellschaftlichen und sozialen Anforderungen werden täglich an mich gestellt? Wo bleibt mein eigener Lebensrhythmus und mein Lebenstempo? Ich begann mein soziales Umfeld zu überprüfen und so zu gestalten, dass ich gesellschaftliche Anforderungen und persönliche Bedürfnisse besser in „Einklang“ bringen konnte.

Im Laufe meiner Arbeit mit Jan kam ich selbst wieder in Verbindung mit eigenen Erfahrungen von Trennung und Verlust. Es war manchmal eine schwierige Aufgabe einerseits Mitspieler und Teil des therapeutischen Prozesses zu sein und gleichzeitig eigene Erfahrungen und Gefühle draußen zu lassen. Ich musste mir immer wieder die Gefahr von Übertragungen und Gegenübertragungen vergegenwärtigen, meine Selbstwahrnehmung sehr stark verschärfen und den therapeutischen Prozess in der Supervision genau reflektieren.

*Übertragungen
und Gegenüber-
tragungen*

Auch suchte ich mir Möglichkeiten und Gespräche, um eigene Verlusterfahrungen weiter aufzuarbeiten.

*Persönliches
Fazit*

Meine erste eigene Erinnerung an Musik ist, dass ich singend mit einem Kamm in der Hand vor dem Radio stehe und ein Lied aus Leib und Seele mitsinge.

Die Musik begleitete mich von klein auf. Ich lernte Gitarre, Klavier und Gesang. Aber im Laufe der Jahre verlor ich durch das Erlernen von Noten und Stücken etwas sehr Wichtiges: der Musik so unbefangen zu begegnen wie einst vor dem Radio.

Als ich vor der Berufsentscheidung stand, war ich sehr unentschlossen.

Für ein Musikstudium, bei dem Leistungen und musikalisches Können im Vordergrund standen, konnte ich mich nicht entscheiden.

Zu dieser Zeit las ich erstmals etwas über Musiktherapie, aber ich entschied mich für die Ausbildung zur Erzieherin und arbeitete danach in zwei Einrichtungen der Kinder- und Jugendhilfe.

Einige Jahre später tauchte diese Spur zur Musiktherapie wieder auf. Diesmal nahm ich erste Kontakt auf und begann im Sommer 1999 mit der berufsbegleitenden musiktherapeutischen Ausbildung an der Universität Siegen. Hier fand ich etwas wieder. Ich lernte wieder unbefangen und Kind zu sein.

Durch dieses Studium kam ich auf eine ganz neue Art und Weise in Kontakt mit der Musik und mir selbst. Ich begann, die Musik als symbolischen Ausdruck zu betrachten und verstehen. Diese Sichtweise begleitet mich nun durch meine gesamte therapeutische Arbeit mit den Kindern.

So, wie mein Weg zur Musiktherapie ein Prozess von Verlust, Suchen und Wiederfinden war, so konnte auch Jan in seiner Musiktherapie den Kontakt zu seiner Musik, zu seinem Tempo und zu seiner Melodie wieder herstellen und so den Stress abbauen, der ihn in die beschriebenen Verhaltensauffälligkeiten trieb.

Literatur

- Budjuhn, Anneliese: Die psychosomatischen Verfahren – Konzentrierte Bewegungstherapie in Theorie und Praxis, Dortmund 1992
- Bunt, Leslie: Musiktherapie – Einführung für psychosoziale und medizinische Berufe, Weinheim 1998
- Decker-Voigt, Hans-Helmut: Aus der Seele gespielt – Eine Einführung in die Musiktherapie, München 1991
- DeGrandpre, Richard: Der Verlust der Langsamkeit, Psychologie Heute, Oktober 2002
- Döpfner/Schürmann/Frölich: Therapieprogramm für Kinder mit hyperkinetischen und oppositionellem Problemverhalten THOP, Weinheim 1997
- EGgebrecht, Hans Heinrich: Meyers Taschenlexikon Musik, Mannheim/Wien/Zürich 1984
- Gründler, Elisabeth: Eine Pille gegen die Überforderung, Psychologie Heute, Oktober 2002
- Hegi, Fritz: Übergänge zwischen Sprache und Musik – Die Wirkungskomponenten der Musiktherapie, Paderborn 1998
- Hüther, Gerald und Gründler, Elisabeth: Kindergehirne sind keine Maschinen, Psychologie Heute, Oktober 2002
- Kapteina, Hartmut: Materialien zum Seminar Musiktheorie und Therapeutische Relevanz der Improvisation, Universität Siegen, www.musiktherapie-sasp.de
- Kapteina, Hartmut: Skript zur Einführung in die Musiktherapie, Universität Siegen, www.musiktherapie-sasp.de
- Kast, Verena: Die Dynamik der Symbole – Grundlagen der Jungschen Psychotherapie, München 1990
- Peters, Uwe Henrik: Wörterbuch der Psychiatrie und der medizinischen Psychologie, Augsburg 1997
- Psyhyrembel: Klinisches Wörterbuch, New York 1998
- Saum-Aldehoff, Thomas: Das Chaos im Kopf, Psychologie Heute, Dezember 2001
- Smeijsters, Henk: Musiktherapie als Psychotherapie, Stuttgart 1994
- Wortmann, Karl-Heinz: Arbeitspapiere zum musiktherapeutischen Leitungs- und Beratungstraining, Universität Siegen, 2001
- Wortmann, Karl-Heinz: Materialien zum Seminar Gesprächsführung, Universität GH Siegen, 2000

Über die Autorin:

* 1972 in Mühlhausen /Thüringen geboren.

Während meiner Schulzeit sang ich im Schulchor mit, lernte Gitarre, Klavier und nahm später Gesangsstunden.

Nach meiner Berufsausbildung mit Abitur begann 1992 am Evangelischen Fröbelseminar in Kassel eine zweijährige Erzieherinnenausbildung mit dem Schwerpunkt Heil- und Sonderpädagogik.

Mein Berufsanerkennungsjahr leistete ich in einer Kinder- und Jugendwohngruppe in Kassel. Danach bekam ich eine Anstellung im katholischen Waisenhaus in Erfurt und kehrte damit nach Thüringen zurück.

Hier kamen in den Jahren 1996 und 1998 auch meine beiden Kinder Elisa und Leonard zur Welt.

Aus eigenem musikalischen Interesse baute ich in unserem Wohnort einen kleinen Chor auf, den ich bis zum Jahr 2002 leitete.

Außerdem begann ich während meiner Erziehungszeit 1999 mit der berufsbegleitenden musikthe-

rapeutischen Zusatzausbildung an der Universität in Siegen.

Parallel zu dieser Ausbildung hospitierte ich einmal wöchentlich bei dem praktizierenden Musik-



therapeuten Herrn Koppe in Erfurt, wo ich viele praktische Anregungen für die musiktherapeutische Arbeit mit Kindern und Jugendlichen bekam.

Im Sommer 2000 wurde mir von der AWO im Lernprojekt „Kleeblatt“ eine Stelle angeboten. Ich bekam den Auftrag, in diesem Projekt die musiktherapeutische Arbeit mit den Kindern und Jugendlichen aufzubauen.

In diesem Projekt bin ich heute noch tätig.

Wenn ihr mehr über meine Arbeit wissen möchtet:

Lernprojekt „Kleeblatt“
 Katja Fraaß / Musiktherapeutin
 Kartäuserstraße 58
 99084 Erfurt

Tel.: 0361 / 5664366

Fax: 0361 / 6008269

E-Mail: Kleeblatt@awo-thueringen.de

Internet: www.projekt-kleeblatt.de