

1. Arbeitsfeld CJD

Das Christliche Jugenddorfwerk Deutschlands, gemeinnütziger Verband e.V. (CJD) ist ein sozialpädagogisches Bildungs- und Ausbildungswerk. Es bietet jungen Menschen, die ihren Hauptschulabschluss nicht geschafft, keine Ausbildungsstelle gefunden oder familiäre Probleme haben, Orientierung und Zukunftschancen.

Im CJD in Wissen wurden in den letzten Jahren immer weniger Jugendliche aufgenommen, während die Verhaltensauffälligkeiten immer massiver wurden. Gleichzeitig verringerte sich die Zahl der Jugendlichen, die dort eine Ausbildung machen rapide, es gibt fast ausschließlich solche, die ein Jahr Förderlehrgang absolvieren, an dessen Ende der Hauptschulabschluss steht, der im ersten Anlauf nicht geschafft wurde. Im optimalen Fall sind die Jugendlichen nach dem Jahr im CJD in eine Ausbildungsstelle vermittelbar.

Die Jugendlichen im CJD in Wissen wohnen die Woche über dort und fahren ca. jedes zweite Wochenende nach Hause. Es ist von Fall zu Fall unterschiedlich, ob die Eltern oder das Jugendamt das Sorgerecht für ihr Kind haben. Kontakt hatte ich nur mit den Sozialpädagogen, Pädagogen und Psychologen des CJD, in keinem Fall mit den Eltern.

Meine Praxiszeit war geteilt. Die erste Hälfte dauerte von Januar 2007 bis Juli 2007, die zweite Hälfte von Februar 2008 bis Juli 2008. Da die Jugendlichen dort immer nur für ein Jahr sind, hatte ich im zweiten Teil mit völlig anderen Menschen als zuvor zu tun, mit einer einzigen Ausnahme.

Jeweils einige Wochen bevor ich meine Praxiszeit begann, ging ich zu einer Dienstbesprechung aller im CJD Angestellten, und besprach mit ihnen, was ich anbieten könnte. Sie gingen mit mir gemeinsam die Jugendlichen durch, und wir überlegten schon im Vorfeld, für wen was für ein musiktherapeutisches Angebot sinnvoll sei. Dabei wurde ich bereits vorgewarnt, dass die Jugendlichen in den letzten Jahren immer weniger Angebote, egal ob sportlicher oder kreativer Art von Seiten der Betreuer annehmen würden, und dass ich mir keine großen Hoffnungen machen solle, dass sich überhaupt jemand melden würde. Ich kam dann jeweils noch zu einem späteren Termin, z.B. zum Abendessen, um mich und mein Angebot zu dem sich die Jugendlichen freiwillig melden konnten, vorzustellen, oder um mich mit einem bestimmten Jugendlichen, für den wir Einzeltherapie als sinnvoll

erachteten, bekannt zu machen, und um zu fragen, ob er sich so etwas für sich vorstellen könne. Dabei wurden dann jeweils die Termine festgelegt.

Ich bekam einen Kellerraum zugewiesen, der in dieser Zeit von niemand anderem benutzt wurde. Er war groß und bot ausreichend Platz auch für Gruppen. Dort gab es zeitweilig ein Schlagzeug, Verstärker, E-Gitarre und Bass, ansonsten Stühle und Tische an den Wänden, auf denen ich meine Instrumente verteilen konnte.

2. Jugendliche

Jugendliche sind anders als der Rest der Menschheit. Wie jede Lebensphase ist auch diese von bestimmten Faktoren und ihren Auswirkungen geprägt. Das alles an dieser Stelle zu bearbeiten würde zu weit führen, deshalb beschränke ich mich auf eine kurze, meiner Meinung nach sehr treffende Zusammenfassung von Anna Freud, und konzentriere mich dann auf die für die musiktherapeutischen Arbeit relevanten Punkte.

„Der Jugendliche ist gleichzeitig im stärksten Maße egoistisch, betrachtet sich selbst als den Mittelpunkt der Welt, auf den das ganze Interesse konzentriert ist, und ist doch, wie nie mehr im späteren Leben, opferfähig und zur Hingabe bereit. Er formt die leidenschaftlichsten Liebesbeziehungen, bricht sie aber ebenso unvermittelt ab, wie er sie begonnen hat. Er wechselt zwischen ständigem Anschluss an die Gemeinschaft und unüberwindlichem Hang zur Einsamkeit, zwischen blinder Unterwerfung unter einen selbstgewählten Führer und trotziger Auflehnung gegen alle und jede Autorität. Er ist eigennützig und materiell gesinnt, dabei gleichzeitig von hohem Idealismus erfüllt. Er ist asketisch mit plötzlichen Durchbrüchen in primitive Triebbefriedigungen. Er benimmt sich zu Zeiten grob und rücksichtslos gegen seinen Nächsten und ist dabei für Kränkungen aufs Äußerste empfindlich. Seine Stimmung schwankt von leichtsinnigstem Optimismus zu tiefstem Weltschmerz, seine Einstellung zur Arbeit von unermüdlichem Enthusiasmus zu dumpfer Trägheit und Interessenlosigkeit“.¹

2.1. Jugendliche und ihre Bedürfnisse

Das Leben der Jugendlichen ist in Familie, Schule und Ausbildung von allerlei Erziehungsmaßnahmen und von Erwartungen verschiedener Menschen und Institutionen gekennzeichnet, während sich die Jugendlichen mit den Fragen „Wer

¹ A. Freud, S. 319

bin ich?“ „Was möchte ich werden?“ (Und damit ist nicht nur der berufliche Weg gemeint.) beschäftigen.

2.1.1. Familie

Durch die intensive Beschäftigung mit der eigenen Identität und dem Autonomiestreben des Jugendlichen ist eine Neuorientierung der Beziehungen zwischen Eltern und Jugendlichen erforderlich. Auch wenn sich die Jugendlichen zunehmend von der Familie ablösen bleibt sie dennoch, und nicht nur durch die weiterhin bestehende finanzielle Abhängigkeit, eine Stütze für den Jugendlichen. Die Qualität der Beziehung zu den Eltern ist auch ausschlaggebend dafür, ob sich die Jugendlichen mit ihren Problemen an ihre Eltern wenden können.²

Im Idealfall bietet die Familie einen Ort für individuelle Förderung und Entwicklung, weil hier emotionaler Halt, die Sicherheit, angenommen zu sein und Motivation gegeben sind. Leider existiert aber keine Mehrheit von intakten Familien mehr, die einen solchen Nährboden bilden. Statt dessen gibt es immer mehr Ein-Eltern-Familien, Familien mit wechselnden Partnerbeziehungen und Familien mit Problemen wie Arbeitslosigkeit oder der Tatsache, dass beide Elternteile Vollzeit arbeiten müssen, wodurch es an Zeit fehlt, Nestwärme und Rückhalt zu schaffen. Diese Auflösung sozialer Bindungen im Familienleben, die Erwachsenen freie und lockere Formen von Partnerschaft ermöglicht, verletzt viele Bedürfnisse nach Gemeinschaft und Zugehörigkeit der Kinder und Jugendlichen.³ Die damit verbundenen Probleme der Kinder und Jugendlichen, die durch die Situation zu oft auf sich allein gestellt sind, sind bekannt und werden dennoch oft ignoriert.

2.1.2. Schule

Die Schule ist trotz vieler Bemühungen in eine andere Richtung ein Ort, an dem Erfolgsdruck und Selektionsmechanismen herrschen. Unser Bildungswesen beschert Bestätigung nur den Erfolgreichen. Schon sehr früh fühlen sich heute Kinder durch eine lange Kette von Qualifikationsanforderungen bedroht, und das schon mit dem Eintritt in die Grundschule. Die Unsicherheit, später vielleicht keinen Arbeitsplatz zu erhalten oder unzureichend qualifiziert zu sein, ist bei der heutigen hohen

² Siehe unter www.familienhandbuch.de (Jugendforschung)

³ vgl. Borg-Laufs, S. 255

Arbeitslosenquote ja durchaus eine reelle Angst,⁴ aber eben eine, der die Kinder und Jugendlichen viel zu früh ausgesetzt werden. Der dadurch entstehende Druck kann Lernstörungen, Verweigerungshaltungen und Angst vor dem Scheitern mit sich bringen, was von einem Jugendlichen allein nicht ausgeglichen werden kann. Er muss an anderer Stelle, bevorzugt von der Familie aufgefangen werden. Ist auch das nicht der Fall, wird die Suche nach Bestätigung auf Gleichaltrige übertragen und oft um jeden Preis betrieben.

2.1.3. Freunde und Freizeitgestaltung

Freizeit hat eine wachsende Bedeutung. Es geht, besonders für Jugendliche darum, etwas zu erleben, und zwar nach Möglichkeit körperliche und geistige Grenzerfahrungen. Mitverantwortlich dafür sind sicherlich auch innovative Techniken, die wesentlich mehr ermöglichen und zum Normalen machen, als früher.⁵ Das Vordringen der Medien mit ihren Informationsmöglichkeiten, aber auch ihrem Informationsüberschuss und ihrer Förderung passiver Verhaltensweisen erhöhen die Sensationserwartungen, die für viele Jugendliche so typisch sind, und sie abstumpfen lassen für das Erleben des Zwischenmenschlichen, des Normalen.

2.2. Jugendliche und Musik

Jugendliche erkennen in der Musik eine Möglichkeit, sich selbst zu verwirklichen, was ja eines der Grundbedürfnisse eines jeden Menschen ist.

In keinem anderen Lebensabschnitt nimmt die Musik eine so identitätsstiftende, gruppenbildende und Ausdruck gebende Bedeutung ein. Kein anderer Lebensabschnitt scheint so von Musik geprägt und begleitet zu sein, wie das Jugendalter.⁶ Viele Jugendliche nennen, wenn man sie nach einer Rangfolge ihrer liebsten Freizeitaktivitäten fragt, das Musik-Hören noch vor dem Fernsehen oder Computer spielen. Jugendstudien zeigen, dass das Musik-Hören, mittlerweile durch MP3-Player und I-Pods erleichtert, einen großen Teil der jungen Menschen ständig in ihrer Freizeit, beim Lernen und Erledigen der Hausaufgaben, beim Wachwerden und Einschlafen, tatsächlich sogar fast durchgehend begleitet.⁷ Nur wenige

⁴ vgl. Borg-Laufs, S. 255

⁵ vgl. Borg-Laufs, S. 255

⁶ vgl. Ulrike Haffa-Schmidt, Dorothee von Moreau, Andreas Wölfl, S. 13

⁷ Nachzulesen in den vergangenen Shell-Jugendstudien

Jugendliche haben kaum Interesse an Musik. Dabei kann man das Musik-Hören nicht als reine Berieselung abtun. Klaus-Ernst Behne⁸ zeigt, wie Jugendliche Musik gezielt kompensatorisch einsetzen, z.B. zur Bewältigung unangenehmer Stimmungen und Gefühle. So benutzen sie bei Wut und Ärger aggressive Musik wie Heavy Metal, um sich abzureagieren, während bei Freude stimmungskongruente Musik gewählt wird. Sie verstärken eine Stimmung oder wirken ihr entgegen.

3. Jugendliche im CJD (Was sie von anderen Jugendlichen unterscheidet)

Die Jugendlichen im CJD heben sich von den übrigen „normalen“, also gesellschaftskonformen Jugendlichen ab. Sie zeigen Auffälligkeiten im Bereich der Emotionalität, des Lernens, der Sprache und im Sozialverhalten. Konkret:

- Sie bedienen sich einer eigenen Sprache, verstärkt durch einen bestimmten Tonfall, gespickt mit Flüchen, Schimpfwörtern, etc.
- Sie haben so gut wie keine Hobbies, bei denen man sich mit anderen Jugendlichen gemeinsam sinnvoll beschäftigen würde, statt dessen hängen sie nur herum, „chillen“, hören Musik, schauen stundenlang Fernsehen oder spielen Ballerspiele am Computer. Nebenbei sind sie fast ständig mit ihren allgegenwärtigen Handys beschäftigt.
- 90 % der Jugendlichen im CJD rauchen und trinken regelmäßig viel Alkohol.
- Viele der Jugendlichen zeigen keine große Toleranz gegenüber kleinsten Schwierigkeiten, wie Ermahnungen oder Widersprüchen. Sie fühlen sich schnell provoziert und reagieren sofort extrem aggressiv.
- Ein Großteil hat viele wechselnde Beziehungen während des Jahres im CJD.
- Einige der Jugendlichen sind bereits straffällig geworden durch Vergehen wie Diebstahl, Körperverletzung, Sachbeschädigung, illegaler Drogenkonsum.
- Manche der Jugendlichen zeigen selbstverletzendes Verhalten, meistens Ritzen oder Branding.

Vielen der Jugendlichen im CJD fehlt es an Möglichkeiten sich selbst zu erfahren, sich selbst zu reflektieren. Sie sind nicht in der Lage, ihre Beziehungsdefizite, ihre Minderwertigkeitsgefühle oder den fehlenden Rückhalt, bzw. die fehlende

⁸ vgl. Heft 18/1993, S. 4-9

menschliche Wärme und Sicherheit aufzuarbeiten. Das Vorspielen einer „Scheißegal-Haltung“, eines Gefährlich-Seins oder einer übermäßigen Coolness zeigen oft emotionale Defizite. Die angesprochenen Jugendlichen sind in Konfliktsituationen nicht mehr in der Lage, mit ihrer eigenen Schwäche umzugehen, sondern das sorgfältig eingeübte Verhalten, meisten Gewalt, scheint ihnen der einzig mögliche Weg mit der aktuellen Situation umzugehen.

Will man die Probleme der Jugendlichen im CJD klassifizieren, kann man sie am ehesten als Störungen des Sozialverhaltens nach IDC 10 unter F 91 einordnen. Solche Störungen werden als Verhaltensweisen beschrieben, die nicht den altersgemäßen Regeln und Normen entsprechen und die Rechte anderer beeinträchtigen. Sie zeigen sich durch Dissozialität, Aufsässigkeit und Aggressivität, die schwerwiegender sind als normaler kindlicher Unfug oder pubertäre Aufmüpfigkeit, und zwar über eine längere Zeit hinweg. Eine dissoziale oder kriminelle Handlung zeigt noch keine Störung des Sozialverhaltens, länger andauernde Destruktivität oder Streitsucht dagegen schon.⁹ Die unter F91 klassifizierten Störungen sind unterteilt in solche, die auf den familiären Rahmen beschränkt sind (F91.0), und solche, bei denen der Anschluss an eine Peergroup fehlt und das Verhalten als Reaktion auf das Gefühl von Isolation und Unbeliebtheit verstanden wird, also die sozialen Bindungen fehlen (F91.1). Auf diverse Jugendliche im CJD ebenfalls zutreffend ist die Klassifizierung unter F91.2, wonach sich der Jugendliche einer Gruppe anschließt, die durch delinquentes und dissoziales Verhalten auffällt, in dieser Gruppe aber gerade durch dieses Verhalten angenommen wird.¹⁰ Grundsätzlich sind solche Störungen des Sozialverhaltens oft Ausdruck dafür, wie sich die betreffenden Jugendlichen wahrgenommen und wertgeschätzt fühlen.

3.1. Gründe für das Jahr im CJD

Sucht man nach Gründen für das beschriebene Verhalten, kristallisieren sich drei Hauptstränge heraus:

⁹ Vgl. Frohne-Hagemann & Pleß-Adamczyk, S. 219

¹⁰ Vgl. Frohne-Hagemann & Pleß-Adamczyk, S. 219

3.1.1. Fehlender Schulabschluss (Schulangst, Lernstreik, Schulschwänzen)¹¹

Ein Großteil der Jugendlichen hat den Hauptschulabschluss aufgrund von Schulangst, Lernstreik oder Schule schwänzen nicht geschafft und soll ihn in diesem Jahr im CJD nachmachen.

3.1.2. Vernachlässigung

Kinder und Jugendliche gelten als vernachlässigt, also als misshandelt, „wenn sie von den Eltern oder Betreuungspersonen unzureichend ernährt, gepflegt, gefördert, gesundheitlich versorgt, beaufsichtigt und / oder vor Gefahren geschützt werden“¹².

Auf die Jugendlichen im CJD treffen sicherlich nicht alle, aber in den meisten Fällen doch einige dieser Punkte zu. Hauptsächlich geht es um nicht ausreichende Förderung und fehlende Aufsicht. Daneben muss auch das Zulassen, manchmal sogar gemeinsame Konsumieren von großen Mengen Alkohols und auch von diversen Drogen als unterlassener Schutz vor Gefahr angesehen und damit als weiterer Punkt genannt werden. Das Fehlen von ausreichendem Schutz, Förderung, Beziehung, Empathie, ganz einfach Liebe, macht es den betroffenen Jugendlichen schwer, Bindungen aufzubauen, Empathie für andere zu empfinden. Sie bekommen keine Antworten auf zentrale Lebensfragen, die sich jeder Mensch stellt, was eine „spirituelle Wunde“ hinterlässt, mit dem Effekt, dass weder Ziel noch Sinn im eigenen Dasein gesehen werden. Die Betroffenen fühlen sich nutzlos / wertlos, sind oft isoliert, woraus wiederum Schulprobleme und Beziehungsstörungen entstehen.

Die Gründe für Vernachlässigung sind vielfältig. Grundsätzlich kann man sagen, dass sie meistens in einer Überforderung der Eltern begründet liegt. Ein Großteil der vernachlässigten Kinder stammt aus sozial schwachen Familien, wobei es auch Fälle von so genannter Wohlstandsvernachlässigung gibt.

3.1.3. Krisen (in der Familie, Schule, bzw. Ausbildung, Beziehung, im Freundeskreis)

Mit Krisen sind zeitlich begrenzte, negative Erfahrungen gemeint, die der Jugendliche nicht verarbeiten kann, und deshalb destruktiv reagiert. Einige Beispiele:

- Trennungssituation, für die sich der Jugendliche unbewusst die Schuld gibt.
- Versagen in der Schule / am Arbeits- / am Ausbildungsplatz

¹¹ Siehe unter www.familienhandbuch.de (Schule) / Script Reinhard Semmerling, S. 3-6

¹² Engfer, S. 961

- Extreme Geschwisterrivalität
- Verlust durch Tod eines Angehörigen oder Freundes
- Arbeitslosigkeit in der Familie und dadurch finanzielle Schwierigkeiten
- Verlassen werden vom Partner / der Partnerin
- Mobbing in der Schule oder am Arbeitsplatz
- Alkoholismus oder Drogenmissbrauch in der Familie
- Gewalt oder Missbrauch in der Familie

Eine solche Krise kann dazu führen, dass der Jugendliche verschiedene Mechanismen entwickelt, wie Dissozialität, Traurigkeit, Ängste, Ausweichen, Interessenverlust, Schuldgefühle, Hoffnungslosigkeit oder eben Aggression und Destruktivität.¹³

4. Arbeitsweisen in der Musiktherapie mit Jugendlichen im CJD

Das Wort Therapie setzt im Allgemeinen eine Diagnose und eine Indikation voraus, in der Defizite aber auch Ressourcen identifiziert worden sind, die es jetzt mit bestimmten Angeboten zu reflektieren oder zu bearbeiten gilt – zu den Zielen werde ich später mehr sagen. Es gibt im Verhalten vieler Jugendlicher Hinweise, dass eine solche Diagnose angebracht wäre, tatsächlich hat sie aber bisher niemand gemacht.

Musik ist ein wunderbares Mittel, da sie sich direkt an die verschlossene oder manipulierte Gefühlswelt richtet. Sie ermöglicht den Umgang mit und den Ausdruck von Gefühlen, wobei die sonst in der Umwelt so dominanten kognitiven Leistungen in der Art und Weise wie wir Musik verstehen, hier keine wichtige Rolle mehr spielen. In der Musiktherapie geht es nicht darum, etwas zu lernen, also seine intellektuellen Kompetenzen zu verbessern, sondern darum, sein inneres Gleichgewicht zu finden und zu stärken, indem man etwas aufarbeitet und damit seine emotionalen Kompetenzen fördert. Dabei dringt sie auf nonverbale Weise ins Unbewusste vor, und erreicht so körperliche und emotionale Erfahrungsbereiche.

Ich entschied mich aus dem Gespräch mit den Betreuern und aus meinen bisher als Gemeindereferentin gemachten Erfahrungen heraus, für unterschiedliche musiktherapeutische Angebote: Zum einen bot ich eine offene Tanzgruppe an, zu der sich jeder Interessierte anmelden konnte. Zum anderen gab es bestimmte Jugendliche, die aus dieser Gruppe der ohnehin schon Auffälligen noch einmal heraus stachen, denen ich nach einem vorbereitenden Gespräch mit einem der

¹³ Frohne-Hagemann & Pleß-Adamczyk, S. 222

Betreuer spezifische Angebote machte, bzw. ein erstes Kontrakt-Gespräch führte. Daraus ergaben sich verschiedene Gruppen- und Einzelsettings, wobei es leider aus zeitlichen Gründen nicht möglich sein wird, auf jedes davon einzugehen. Es gibt aber die Möglichkeit, sie im Internet nachzulesen:

- Erlernen eines Instrumentes in Einzelstunden als motivierender Rahmen mit tiefer gehenden, reflektierenden Gesprächen.
- Gemeinsames Einstudieren verschiedener Pop- und Rocksongs in diversen Band-Workshops als sozialtherapeutisches Angebot
- Einzelmusiktherapie mit freier Improvisation

Aus diesen Arbeitsweisen ergeben sich vielfältige Ziele:

- soziale Kompetenzen verbessern
- Förderung einer größeren Bandbreite der Emotionalität
- Hilfe bei der Verarbeitung von belastenden Erfahrungen und Entwicklung neuer Perspektiven
- Abbau aggressiven Verhaltens
- Einüben und Fördern von Akzeptanz
- Sensibilisierung der Selbst- und Fremdwahrnehmung
- Konzentrationsfähigkeit fördern
- Kommunikationsfähigkeiten stärken
- Aufbau sozialer Kontakte
- Ich-Stärkung und Entwicklung des Selbstbewusstseins und Selbstvertrauens
- Erkennen und Benennen der eigenen Bedürfnisse
- Förderung der Motorik und des Körpergefühls
- Freude am Musizieren / Tanzen / Erleben wecken
- Lust an sinnvoller Beschäftigung entwickeln

5. Exemplarische Fallbeispiele

Am Beispiel einiger Einsatzmöglichkeiten der Musiktherapie mit Jugendlichen soll deutlich werden, wie die einzelnen sich selbst und anderen begegnen, übertragbare Handlungsmuster ausprobieren und neue Erfahrungen, die für ihre Entwicklung hilfreich sind, machen können.

Um einen Überblick zu geben, stelle ich aus zwei Bereichen eine, bzw. drei Stunden vor, die helfen sollen, sich einen Eindruck zu verschaffen.

5.1. Tanzen als musiktherapeutische Methode

Mit den Jugendlichen aus dem CJD zu tanzen ist ein Versuch. Als ich es den Betreuern im Vorfeld anbiete, reagieren sie mit Skepsis. Sie glauben nicht, dass sie sich dazu bewegen lassen werden. Ich versuche es trotzdem und stelle den Jugendlichen mein Angebot bei einem ihrer gemeinsamen Abendessen vor. Ich sage ihnen, dass ich gerne mit ihnen tanzen möchte, und frage, ob sie daran Interesse haben. Es kommen sehr viele „Ja, wenn“...Antworten. „Ja, wenn wir HipHop tanzen. Ja, wenn wir nicht mit einem Partner tanzen. Ja, wenn wir Breakdance machen.“ Ich schlage einen Termin vor, an dem wir die genaue Vorgehensweise besprechen werden und bin gespannt.

In der ersten Stunde einigen sich die Jugendlichen darauf, dass in den ersten 45 Minuten eine HipHop-Choreografie eingeübt, und in den zweiten 45 Minuten Paartanz gemacht werden soll. Dabei ergeben sich verschiedene Situationen, in denen es nötig wird, Regeln von ihnen entwickeln zu lassen, bzw. selber aufzustellen, um ein vernünftiges und konstruktives Miteinander zu gewährleisten.

Dabei wird schnell deutlich, wie wenig konflikt- und kommunikationsfähig die meisten sind, und bei der kleinsten Meinungsverschiedenheit schnell ausfallend, beleidigend und aggressiv werden. Um sich selbst nicht klein und unzulänglich fühlen zu müssen, wird heftig nach allen Seiten getreten und geschlagen, werden andere nieder gemacht. Die Jugendlichen sollen über das Tanzen neue Umgangs- und Kommunikationsformen kennen lernen. Das sind einige der Ziele dieser Gruppe.

In den folgenden Stunden ergeben sich immer wieder Schwierigkeiten bezüglich der HipHop-Choreografie. Vielen ist sie trotz ihres nicht sehr hohen Schwierigkeitsgrades zu schwer, gleichzeitig sind sie für Vereinfachungen nicht zu haben, da diese ihnen zu „billig“ seien. Die Selbstwahrnehmung der Jugendlichen entspricht kaum der Wirklichkeit. Sie überschätzen sich maßlos, haben aber trotzdem bei kleinsten Schwierigkeiten kaum Durchhaltevermögen. Der Vergleich mit der einzigen erfahrenen Tänzerin im CJD bringt einige Jugendliche dazu, sich unfähig zu fühlen, und dieses Gefühl damit zu kompensieren, dass sie destruktiv reagieren. Sie wollen sich dem Vergleich entziehen, indem etwas anderes getanzt wird.

Der Tanzkurs bietet eine gute Möglichkeit, ihre Selbst- und Fremdwahrnehmung zu verbessern, ebenso wie ihr Körpergefühl und ihre Motorik. Auch ihre Konzentrationsfähigkeit könnte durch das Lernen der Tanzschritte gestärkt werden. Nach einigen Wochen entscheiden sich die Jugendlichen gemeinsam dafür, nur noch

Paartanz zu machen und zwar vorwiegend Tango. Ich stimme dem zu, weil es ihnen gelungen ist, vernünftig miteinander zu kommunizieren und zu einer Einigung zu gelangen, und lasse es außer Acht, dass sie sich damit Konflikten und der Auseinandersetzung mit sich selbst und dem eigenen Können entziehen.

In den weiteren Stunden können die Jugendlichen Erfahrungen machen, die auf Situationen im Leben und im Alltag übertragbar sind. Es geht um die Themen Vertrauen, Führen und Führen lassen, bzw. sich anpassen, auf andere Rücksicht nehmen, Toleranz, Akzeptanz, etc. Ein Beispiel:

Am Anfang mache ich Musik an, und die Paare müssen selbstständig herausfinden, was für ein Tanz es ist. Ich gehe herum und helfe, wenn es nicht klappt.

Danach lernen wir auf vielfachen Wunsch wieder einen neuen, etwas komplizierteren Tango-Schritt. Wir wiederholen sehr oft, trotzdem gibt es Streit zwischen zwei Paaren, bei denen es gar nicht klappt, und bei dem es um die Schuldfrage geht.

Ich fordere alle auf, sich in einen Kreis zu setzen. Wir sprechen darüber, dass es für manche Leute leichter sei als für andere, Tanzschritte zu lernen, und dass das ja bei allen Dingen im Leben so sei. Die Jugendlichen erzählen Beispiele aus der Schule, vom Arbeiten oder auch von Computerspielen, die dieses Thema aufgreifen. Sie sagen, dass solche Situationen oft zu Streit führen würden, weil sich jemand blöd fühle oder ein anderer so richtig darauf herumreite, dass ihm etwas schneller oder besser gelungen sei. Sie merken während des Gespräches selber, dass das eine negative Umgangsweise mit solchen Situationen ist, und erkennen auch, dass sie sich selber nicht besser fühlen, wenn sie andere klein halten.

Für Jennifer und Jonas (anonymisiert) ist es besonders schwer, gerade beim Tanzen. Sie sagen, dass sie sich außerhalb des Kurses nicht mehr einigen könnten, wie die Schritte gingen. Das arte dann in heftige Streitereien aus, die manchmal erst in der nächsten Tanzstunde beigelegt würden, weil dann klar werde, wer eigentlich Recht habe. Sie hätten schon darüber nachgedacht, lieber nicht mehr zur Tanzstunde zu kommen, um Streit zu vermeiden.

Ich erzähle von meinen Erfahrungen, dass Streit eine Beziehung auch weiter bringen könne. Ich erkläre, dass man sich durch Streit auch besser kennen und verstehen lerne, und dass es doch gar nicht schlecht sei, über etwas so Harmloses zu streiten, wie Tanzschritte. Wenn es dann mal um wirklich wichtige Themen ginge, wüssten sie schon besser übereinander Bescheid. Außerdem hätten wir ja alle gesehen, dass die zwei ein sehr schönes Tanzpaar abgaben. Die anderen Jugendlichen fangen an zu klatschen. Jennifer und Jonas schauen sich lächelnd an und küssen sich.

Nach diesem Gespräch wiederholen wir die neuen Schritte, die immer noch nicht besser klappen, was aber jetzt niemanden mehr zu stören scheint.

In dieser Stunde schaffen die Jugendlichen mit kleiner Hilfestellung eine Übertragung vom Tanzen auf ihr Leben, und zwar bei zwei Themen. Zum einen beim Thema unterschiedliche Begabungen, zum anderen beim Thema Streit. Bei dem Gespräch gehen sie gut und in einer positiven Art und Weise miteinander um.

In der letzten Stunde des Kurses gelingt es mir, die Jugendlichen durch einen Trick dazu zu bewegen, zumindest während eines Kreistanzes immer wieder den Partner zu wechseln, was bis dahin unmöglich zu sein scheint.

Bewertung / Fazit zum Thema „Tanzen als musiktherapeutische Methode“

Tatsächlich ist Tanzen in der Form, wie ich es im CJD durchgeführt habe, kein typischer musiktherapeutischer Ansatz, da zwar vieles in Gang gesetzt, aber nicht immer reflektiert werden kann. Es ist eine integrationsfördernde Methode, die präventiv und entwicklungsfördernd wirken kann. Sie kann übungs-, erlebnis- und konfliktzentriert eingesetzt werden. Im CJD funktioniert das über strukturiertes Einüben von Schrittkombinationen, das ich von Leistungsdruck freizuhalten versuche.

Tanzen dient der Förderung der Körperwahrnehmung, der Verbesserung der Selbst- und Fremdwahrnehmung, der Erweiterung der Bewegungs- und Ausdrucksmöglichkeiten und der Bearbeitung von konflikthaften Themen, die aufbrechen können und auf das eigene Leben übertragen werden sollen. Die Jugendlichen haben die Möglichkeit, in der Harmlosigkeit des Tanzens alternative Handlungsmöglichkeiten für alltägliche Situationen auszuprobieren. Manchmal bietet sich zudem eine verbale Aufarbeitung des Erlebten an. Die Jugendlichen haben zudem die Chance, eine neue, für sie besondere Erfahrung zu machen, vielleicht Lust daran zu entwickeln, die Freizeit sinnvoll und gefüllt zu verbringen. Manche können Talente entdecken, von denen sie bis dahin noch nichts wussten, alle können mehrheitlich genussvolle Erfahrungen mit Bewegung und Musik und einem Gegenüber machen. Da ich keine Tänze vorschreibe, sondern immer nur Angebote mache und auf die Wünsche und Bedürfnisse der Jugendlichen einzugehen versuche, haben sie zum einen das Gefühl, dass nicht wie so oft über ihren Kopf hinweg entschieden wird, zudem ergibt sich die Notwendigkeit, sich einigen zu müssen. Das bedeutet, dass sich die Jugendlichen in einigen Punkten anpassen und in anderen selbst verwirklichen können, was ebenfalls eine gute Übung für das Leben ist, denn es ist wichtig, eine Balance zwischen beiden zu finden. Ich achte

darauf, dass die Jugendlichen respektvoll miteinander umgehen, und dabei ihre Umgangsformen und Beziehungen zueinander verbessern. Nicht nur durch den (erzwungenen) Partnerwechsel am Ende werden festgefahrene Verhaltens- und Denkweisen in Bewegung gesetzt und Wege zu einem freundlicheren, toleranterem und offenerem Miteinander eröffnet.

5.2. Einzelmusiktherapie am Beispiel von Jennifer

Jennifer ist 18 Jahre alt. Als ich sie kennen lerne, ist sie ziemlich korpulent. Sie hat den Hautschulabschluss nicht geschafft, weil sie zu oft wegen angeblicher Krankheiten gefehlt hat. Das Jugendamt schaltet sich ein und sie wird im CJD untergebracht, um sicherzustellen, dass sie jetzt regelmäßig den Förderlehrgang besucht, an dessen Ende dann der Hautschulabschluss steht. Von ihrer Wohngruppen-Betreuung erfahre ich, dass sie auch nicht viel Zeit im CJD verbringe. Entweder komme sie wegen irgendeiner Krankheit gar nicht erst vom Heimfahr-Wochenende zurück, oder sie fahre mitten in der Woche nach Hause, ebenfalls wegen irgendwelcher Krankheiten, die sie sich von ganz verschiedenen Ärzten attestieren lasse. Sie integriere sich nicht, sei wehleidig bis hypochondrisch und erzähle zudem abstruse Geschichten von grünen Männchen. Die Betreuerin tippt sich bei dieser Aussage viel sagend an die Stirn und verdreht die Augen. Auch in dem halben Jahr, in dem ich Musiktherapie mit ihr mache, fehlt sie mehrmals, zum Ende hin allerdings weniger.

In den ersten Stunden, die ich mit Jennifer erlebe, redet sie fast ohne Unterbrechung. Wann immer ich ihr ein Spiel anbiete, stimmt sie zu, muss mir aber zunächst noch etwas Wichtiges über sich erzählen. Sie spricht in dieser Zeit fast ausschließlich von einem anderen Leben, das sie habe, in dem sie mit großer Macht ausgestattet sei, und indem es zwar auch Angst vor der „Teufelin“ gebe, die sie eben wegen ihrer Macht in die Finger kriegen wolle. Sie spricht von der Erschaffung der Welt, an der sie maßgeblich beteiligt gewesen sei, von der Verbrennung Jean d'Arcs, von Atlantis, vom alten Japan, von ihrer Gewalt über Dämonen. In den kurzen Teilen, in denen sie von ihrem tatsächlichen Leben erzählt, gewinne ich den Eindruck, dass sie die Realität nicht ertragen kann und sich deshalb in eine andere Welt flüchtet. Ihre Mutter habe bereits vor ihrer Geburt MS gehabt und sei schließlich daran gestorben. Bei ihrem Tod seien ihre Kräfte, die sie für sie aufbewahrt habe, bis sie selbst wieder alt genug gewesen sei, auf sie übergegangen. Damit erklärt sie den Verlust ihrer

Mutter und gibt ihm einen Sinn. Trauer scheint ihr nicht richtig zugestanden worden zu sein, sie habe keinen Tag in der Schule fehlen dürfen. Passend dazu darf sie auch in ihrer anderen Realität keine starken Gefühle zulassen, da diese der Teufelin helfen würden, sie aufzuspüren. Dies sei im Übrigen auch der Grund dafür, dass sie überhaupt ein so armseliges Leben führe. Würde sie ihre Kräfte einsetzen, sehe alles ganz anders aus, aber damit würde sie sich selbst und die ganze Welt einer schrecklichen Gefahr aussetzen. Jennifer lebe bei ihrer Oma, weil ihr Vater mit einer neuen Frau verheiratet sei, die auch Kinder habe, und deshalb keine Zeit und kein Interesse an ihr habe.

In dieser ersten Zeit fühle ich mich hilflos, finde keinen Ansatzpunkt. Gleichzeitig lerne ich flexibel zu sein, auch wenn Flexibilität in diesem Fall bedeutet, einfach alle Pläne und musikalischen Spiele, die ich mir aufgrund der letzten Stunde ausgedacht habe, außer Acht und Jennifer reden zu lassen. Das hat nichts mit Beliebigkeit oder Faulheit zu tun. „Das Hier & Jetzt zum Ausgangspunkt der Therapieangebote zu machen, [erfordert] jede Stunde neu „leer zu sein“ von eigenen Vorstellungen und Plänen und vielmehr sensibel zu sein für das, was [...] [die Klientin] bietet“¹⁴.

Das heißt, ich bin zwar offen, aber nicht unvorbereitet. Ich überlege vor jeder Stunde, was sinnvoll und denkbar für Jennifer sein könnte und hole mir Anregungen in der Supervision, die ich allerdings in dieser ersten Zeit nicht umsetzen kann.

Jennifer hat offensichtlich ein großes Bedürfnis, zu reden, jemandem etwas über sich zu erzählen, der sie nicht gleich für verrückt hält, sondern zunächst einfach nur zuhört, ohne sie verurteilen oder auch nur zu bewerten.

Mit der Zeit gelingt es mir über Musikmalen und einfache Spiele, bei denen sie Instrumente auswählt, die Menschen, die ihr nahe stehen symbolisieren, dass sie nicht mehr nur von ihrer anderen Realität spricht, sondern auch von ihrem tatsächlichen Leben. Langsam kristallisieren sich diverse Ziele für Jennifer heraus: Sie soll durch die Musik einen positiven Punkt mehr in ihrem Leben bekommen, außerdem hoffe ich, einen Weg für sie zu finden, durch den sie sich ihrem Leben stellen, und mit den Schwierigkeiten zurechtkommen kann, ohne sich in eine andere Realität zu flüchten.

In einer Stunde liefert sich mir eine Möglichkeit, ihre beiden Welten ganz konkret anzusprechen und ihr ein Spiel dazu anzubieten:

¹⁴ Vgl. Buchold, S.303

....Ich sage, dass sie ja irgendwie in zwei verschiedenen Welten lebe, zum einen im Hier und Jetzt, und dann noch in einem Leben, das niemand außer ihr begreifen und sehen könne. Sie stimmt mir zu. Ich zeige ihr die Klangschalen und die unterschiedlichen Spielmöglichkeiten. Sie ist begeistert. Ich biete ihr an, zwei Klangschalen mit ihr im Wechsel zu spielen. Sie soll eine wählen und entscheiden, für welches ihrer beiden Leben sie steht, und ich würde die andere spielen. Sie nimmt sich die größere der beiden und sagt, dass diese für das andere Leben stehe. Damit weist sie mir automatisch die kleinere zu, die ihr Leben im Hier und Jetzt symbolisieren soll. Nach einer kurzen Stille fängt sie an, die Schale zu reiben. Als sie aufhört, spiele ich die andere Schale. So geht es etwa vier oder fünf Mal hin und her. Sie spielt nach einigen Minuten nicht mehr weiter, sondern lächelt mich an und sagt „Das war schön.“ Ich frage sie, wie sie die beiden Klangschalen empfunden hat. Sie sagt, dass die große mächtiger, weiser, bedeutsamer und stärker sei. Die kleinere sei leiser und schwach. Ich frage sie, ob sie die kleinere selbst spielen wolle und sie stimmt zu. Sie nimmt die Schale und beginnt sie zu reiben. Obwohl das mit der größeren problemlos geklappt hat, schafft sie es nicht, der kleineren ebenfalls einen Ton zu entlocken. Sie strengt sich sehr an, konzentriert sich, und macht dabei Gebärden wie eine Priesterin im Film, so als wolle sie meditieren, aber das alles hilft nichts. Ich lasse sie eine Weile gewähren, dann nehme ich ihr die Schale ab, die sie mir widerwillig überlässt. Ich frage sie, was sie glaube, warum es nicht funktioniere. Sie zuckt die Schultern. Ich frage, ob es vielleicht etwas damit zu tun haben könne, dass die Schale für ihr Leben im Hier und Jetzt stehe. Das sei sicher so, antwortet sie und sagt dann, dass ihr Leben zu „beschissen“ sei, als das es einen schönen Ton hervorbringen könne. Ich erinnere sie, dass ich auf der gleichen Klangschale sehr wohl einen schönen Ton hervorgebracht hätte, der ihr Leben symbolisiert habe. Sie könne das aber nicht, schimpft sie. Ich frage sie, ob das vielleicht bedeuten könne, dass sie keine Kontrolle über ihr Leben im Hier und Jetzt habe. Sie stimmt zu und sagt, dass andere sei ihr auch wesentlich wichtiger. Ich erwidere, dass ich es mindestens genauso wichtig finde, das tatsächliche Leben leben zu können, und dass das in meinen Augen das Ziel sei, das wir gemeinsam für sie zu erreichen versuchen sollten. Nach einer kurzen Pause nickt sie. Ich beende die Stunde.

Jessica hat einige Animees dabei, die ihr offenbar wichtig sind, weil sie diverse Parallelen zu ihrem eigenen Leben darin findet. Die Hauptfiguren haben ähnliche Probleme, führen aber trotzdem ein bedeutungs – und sinnvolles Leben. Ich habe

den Eindruck, dass die Erlebnisse, die sie aus ihrer anderen Realität schildert, teilweise die Geschichten aus dem Animee zur Vorlage haben. Zwischendurch erzählt sie von ihrer großen Liebe, die durch Raum und Zeit Bestand habe, was ich als Hinweis dafür ansehe, wie sehr sie sich wünscht, geliebt und angenommen zu sein. In dieser Stunde thematisiere ich zum ersten Mal Jennifers unterschiedliche Realitäten, ohne sie zu werten oder mich in irgendeiner Weise dazu zu äußern, ob ich an ihre zweite Realität glaube, oder nicht. Beim Spiel mit den Klangschalen empfindet sie die größere, die für ihre andere Realität steht, als wichtiger, mächtiger, schöner. Damit zeigt sie mir deutlich, wie sehr sie sich nach einem anderen Leben sehnt, bzw. danach, selbst eine andere zu sein. Als ich sie auffordere, die kleinere Klangschale zu spielen, die ihr tatsächliches Leben symbolisiert, kann sie ihr keinen Ton entlocken. Jennifer weiß offensichtlich selbst, dass sie ihr Leben überhaupt nicht im Griff hat, was sich in dem nicht gelingenden Spiel spiegelt. Das deute ich auch an und frage sie, ob sie das auch so empfinde. Ihre Antwort ist überdeutlich. Ihr Leben sei „beschissen“. Sie bringt ihren Rückzug in eine andere Realität mit den schlechten Erfahrungen in ihrem tatsächlichen Leben in Verbindung. Ich sage ihr, dass ich es als Ziel ansehe, ihr zu helfen, ihr Leben richtig zu leben, womit sie einverstanden ist - ein wichtiger Schritt in meinen Augen. Sie ist bereit, ihr Problem zu sehen, und schmettert nicht mehr alle Angebote von meiner Seite ab, indem sie sich tief in ihre andere Realität fallen lässt.

Nach dieser Stunde verändert sich einiges. Jennifer nimmt plötzlich die Instrumente wahr, die sie bis dahin völlig ignoriert hat und lässt sich auch darauf ein, sie zu spielen.

Für die letzte Stunde dieses ersten halben Jahres bitte ich sie, eigene Musik-CDs mitzubringen, was sie auch gerne tut.

Jennifer hat einige CDs dabei, die sie mir nacheinander vorstellt, unter anderem den Soundtrack zu einer ihrer bevorzugten Animee-Serien, etwas von Jeanette Biedermann, eine CD von Nicole und eine von Roy Black. Während sie mir ein paar Lieder aus dem Soundtrack vorspielt, wippt sie fröhlich auf ihrem Stuhl und erklärt mir, dass ihr diese Musik einfach Freude mache. Sie fühle sich dann lebendig und fröhlich. Wenn sie Jeanette Biedermann, deren Lack&Leder-Stil sie bewundert höre, bekomme sie Kraft und Energie und fühle sich stark und unbesiegbar. Während sie mir diese CD vorspielt, hält es sie nicht mehr auf dem Stuhl, sie springt auf und fängt an zu tanzen, dann packt sie meine Hand, zieht mich hoch, und fordert mich

ebenfalls zum Tanzen auf. Wir hüpfen ein Lied lang durch den Raum. Jennifer ist übermütig und wirkt glücklich. Als nächstes stellt sie mir zwei Lieder von Nicole vor und erklärt, dass sie sie zur Beruhigung höre, wenn sie aufgewühlt oder traurig sei. Als letztes spielt sie mir die Single von Roy Black vor. Kaum dass das Lied beginnt, fängt Jennifer heftig an zu weinen. Auch nach dem Lied sagt sie minutenlang nichts, bis sie sich wieder gefasst hat. Dann erzählt sie mir, dass dieses Lied das letzte Lieblingslied ihrer Mutter gewesen sei. Sie habe es bis zu ihrem Tod gehört. Sie habe nicht viele Erinnerungsstücke an sie, deshalb sei ihr diese CD ganz besonders wichtig. Sie fängt wieder an zu weinen und erzählt, dass ihre Mutter schon an MS erkrankt gewesen sei, als sie mit ihr schwanger geworden sei. Sie habe sie nie gesund und unbeschwert erlebt. Das Schlimmste sei, dass sie nicht wisse, ob sie als Tochter auch gut genug gewesen sei, und ob ihre Mutter sie geliebt habe. Sie sei immer sehr streng gewesen. Jennifers Manieren, ihr Umgang, ihre Haltung und Höflichkeit seien immer das Wichtigste gewesen. Darüber habe sie mit ihr gesprochen, aber nie über ihre Wünsche und Träume und das, was ihr wichtig gewesen sei. Sie sei so kühl gewesen, so distanziert, habe alle, ganz besonders Jennifer, auf Abstand gehalten. Sie wünsche, sie wüsste, ob ihre Mutter zufrieden mit ihr gewesen sei. Ich sage ihr, dass ich sicher sei, dass ihre Mutter sie so geliebt habe, wie sie sei und frage, ob es sein könne, dass ihre Mutter sie vielleicht bewusst auf Abstand halten wollte, weil sie sich über den drohenden Abschied im Klaren war und zu verhindern versuchte, dass Jennifer sie zu sehr vermisse. Jennifer hört auf zu weinen und denkt darüber nach. Nach einigen Nachfragen, wie ich das genau meine und weiteren Erklärungen meinerseits hat Jennifer verstanden. Sie sagt, dass es ja wirklich sein könne, dass ihre Mutter sie nur auf Abstand gehalten habe, um sie zu beschützen und das würde bedeuten, dass sie sie doch geliebt habe. Ich versichere ihr, dass ich davon überzeugt sei und Jennifer ist zufrieden. Da die Stunde bereits seit fünfzehn Minuten um ist, stehe ich auf, um mich von Jennifer zu verabschieden. Sie fällt mir um den Hals und hält mich fest. Ich wünsche ihr alles Gute und erinnere sie daran, dass wir uns in einem halben Jahr wieder sehen werden, dann nimmt sie ihre CDs und geht.

Jennifer nutzt die Musik, um eine Stimmung zu verstärken oder ihr entgegen zu wirken, also kompensatorisch, was typisch für dieses Alter ist.¹⁵

¹⁵ Vgl. Seite 7, Jugendliche und Musik

In dieser Stunde erwähnt sie, trotz verschiedener Anknüpfungspunkte, wie z.B. der Animee-CD und des erneuten Thematisierens des Todes ihrer Mutter kein einziges Mal ihre andere Realität. Der Abschied verläuft vollkommen unproblematisch, was wohl daran liegt, dass es eine Fortsetzung geben wird.

Im folgenden halben Jahr begegnet mir Jennifer mehrmals mit anderen Jugendlichen der neuen Gruppe aus dem CJD in der Stadt. Sie kommt jedes Mal angelaufen, umarmt mich und fragt, wann ich wieder da sein werde. Insgesamt macht sie bei diesen kurzen Zusammentreffen einen zufriedenen Eindruck auf mich.

Als ich im CJD wieder mit ihr arbeite, bestätigt sich dieser Eindruck. Jennifer beschäftigt sich nicht mehr mit ihrem anderen Leben, sondern ausschließlich mit der Realität, die besonders durch die Beziehung zu ihrem Freund, mit dem sie, als ich ins CJD komme, bereits vier Monate zusammen ist, geprägt wird. Um die Veränderung deutlich zu machen, beschreibe ich die letzte Stunde mit ihr:

Jennifer kommt etwas zu früh, lässt sich sofort auf einen Stuhl fallen und hält sich stöhnend den Bauch. Auf meine Frage hin erklärt sie, dass sie Bauchschmerzen habe und befürchte, schwanger zu sein. Ich frage sie, wie sie darauf komme und sie sagt, dass sie einen Tag zuvor eine Aspirin, und drei Tage zuvor die Pille eine Stunde zu spät genommen habe. Ich sage ihr, dass dadurch keine erhöhte Gefahr bestehe, schwanger zu werden und gehe dann bewusst nicht weiter auf das Thema ein.¹⁶ Stattdessen erinnere ich sie, dass wir uns heute zum letzten Mal sehen würden nach zwei halben Jahren, in denen wir uns regelmäßig getroffen hätten. In dieser Zeit habe sie viele Instrumente gespielt. Ich fordere sie auf, drei Instrumente auszuwählen, die besonders wichtig für sie gewesen seien. Sie entscheidet sich schnell für die beiden Klangschalen und für einen Energiestab. Ich bitte sie, sie für mich zu spielen und mir dann zu erklären, was sie für sie bedeuteten. Sie beginnt mit dem Energiestab, reibt dann lange Zeit die große Klangschale und schlägt zum Abschluss ein paar Mal die kleine. Dann nimmt sie jedes Instrument noch einmal in die Hand und erklärt mir, was es für sie symbolisiere. Der Energiestab stehe für ihre Gedanken, ihr Wissen, ihre Entscheidungen und Pläne. Ich sage, dass der Stab ja recht hoch, hell und klar klinge. Sie denkt kurz darüber nach und sagt dann, dass ihr lange nicht klar gewesen sei, was sie mit ihrem Leben machen solle. Sie habe sich

¹⁶ Das Thema kam in früheren Stunden schon vor. Eine Zeit lang brachte Jennifer immer eine Flasche Wasser und ihre Pillenpackung mit und legte sie demonstrativ irgendwo hin.

wie in einem Sumpf gefühlt und das sei jetzt anders. Dann nimmt sie die große Klangschale und streichelt sie. Sie stehe für ihre Gefühle, für Liebe und Freundschaft, dafür, nicht alleine zu sein. Zuletzt nimmt sie die kleine Klangschale und erklärt, dass sie ihren Geist und ihre Seele, ihren inneren Zufluchtsort symbolisiere. Ich bemerke, dass sie diese nur kurz gespielt habe und sie sagt, dass dieser Bereich für sie immer nur dann besonders wichtig sei, wenn es ihr schlecht gehe und sie sich in sich verkrieche. Im Moment gehe es ihr gut, da wären die anderen Instrumente wichtiger. Ich frage, welches das Wichtigste sei und sie nimmt sofort wieder die große Klangschale. Jonas sei das Wichtigste für sie. Durch ihn sei sie nicht mehr allein und sie sei so froh, dass sie mit ihm zusammen ziehen könne und nicht zurück zu ihrer Oma müsse. Diese sei schon ziemlich alt und mittlerweile auch krank und sie könne es einfach nicht ertragen, noch einmal dabei zu sein, wenn jemand sterbe, so wie ihre Mutter. Es sei ihr lange schlecht gegangen und sie sei unglücklich gewesen, jetzt sei es endlich besser. Sie habe das Gefühl, ein neues Leben zu haben. Ich wünsche ihr, dass sich alle ihr Pläne und Hoffnungen auch erfüllen. Sie umarmt mich zum Abschied und sagt, dass wir uns ja noch im Tanzkurs sehen würden, dann geht sie.

In der letzten Stunde fällt Jennifer am Anfang, wahrscheinlich bedingt durch den kommenden Abschied, wieder in ihr altes Verhaltensmuster aus dem zweiten Halbjahr zurück. So, wie sie immer wieder ohne jeden Anlass befürchtete, krank, bulimisch, magersüchtig, etc. zu sein, benennt sie jetzt eine mögliche Schwangerschaft. Ich habe den Eindruck, dass sie das Thema Abschied umgehen will, vor dem sie Angst zu haben scheint, indem sie ein anderes, vermeintlich dringenderes Thema vorschiebt. Ich gehe nur kurz darauf ein, indem ich ihr versichere, dass sie sich grundlos Sorgen mache, und wechsle dann das Thema. Sie lässt sich sofort darauf ein, was früher nicht möglich gewesen wäre und ein deutliches Zeichen für ihre Entwicklung ist.

Sie überrascht mich, als sie die drei für sie wichtigsten Instrumente nicht mit konkreten Ereignissen oder Personen verbindet, sondern wesentlich abstrakter und umfassender denkt. Das Wichtigste von allen seien Liebe und Freundschaft. Die große Klangschale, die früher ihre Mutter symbolisiert hat, steht jetzt für Jonas, der es ihr ermöglicht, das Sterben eines Menschen, in diesem Fall ihrer Oma, nicht noch einmal aus nächster Nähe erleben zu müssen. Jennifer kommt mittlerweile mit dem

Verlust ihrer Mutter besser klar, er hindert sie nicht mehr daran, zu leben, aber sie weiß, dass sie noch nicht so weit ist, eine ähnliche Erfahrung zu machen.

Interessant ist auch das Spiel mit der kleinen Klangschale. In der ersten Hälfte der Therapie nimmt sie einmal bei einem Spiel die Rolle ihres tatsächlichen Lebens ein. Dabei kann Jennifer ihr keinen Ton entlocken. Die große Klangschale, die jetzt für die Liebe steht, bedeutete damals ihr Leben in einer anderen Realität.¹⁷ Heute schlägt Jennifer die kleine Klangschale ein paar Mal an, versucht aber nicht, sie zu reiben. Auch sie hat jetzt eine andere Bedeutung, nämlich die ihres Geistes und ihrer Seele. Dieser Teil braucht jetzt nur noch einen kleinen Raum. Ich verstehe es so, dass sie das Wissen um die Möglichkeit, sich zurück zu ziehen, wenn sie mit ihrem Leben mal nicht fertig werde, einfach noch braucht. Ich überlege kurz, sie aufzufordern, die Schale zu reiben, entscheide mich aber dagegen, aus Angst, mit einem negativen Erlebnis die Therapie zu beenden, falls es wieder nicht klappen sollte. Am Ende verschiebt sie den endgültigen Abschied auf nach der Tanzstunde.

Bewertung / Fazit zum Thema „Einzelmusiktherapie am Beispiel von Jennifer“

Als ich Jennifer kennen lerne, treffe ich auf eine junge Frau, die mit ihrem Leben nicht zurecht kommt und die niemanden hat, der ihr wirklichen Halt bietet und sie annimmt, wie sie ist, so dass sie sich eine andere Realität erschafft, durch die sie dem für sie unerträglichen Zustand entfliehen kann. Während der ersten Therapiephase beginnt sie, sich mit ihrem Leben und den schwerwiegenden Problemen darin wenigsten zeitweise auseinander zu setzen. Sie kommt an einen Punkt, wo sie endlich um ihre Mutter trauern kann, wodurch ein Heilungsprozess erst in Gang gesetzt wird. Die Musiktherapie hat einen Teil dazu beigetragen und ihr in dieser Zeit Hilfe und Trost geboten und alternative Wege aufgezeigt.

Im zweiten Teil der Therapie lebt Jennifer ganz im Hier und Jetzt. Sie spricht kein einziges Mal mehr von ihrer anderen Realität. Stattdessen kämpft sie jetzt darum, sich wirklich auf ihr Leben einzulassen, nicht alles vorsichtshalber negativ zu sehen, und darum, Verantwortung für sich selber zu übernehmen. In diesem Prozess ist ihr die Musiktherapie wieder eine Hilfe, ein Wegweiser, eine Möglichkeit, sich auszudrücken und selbst zu erkennen.

Am Ende unserer gemeinsamen Zeit ist sie voller Hoffnung und Zuversicht, und bereit, ihr Leben zu gestalten.

¹⁷ Vgl. S. 42, 7. Stunde

6. Bewertung / Fazit

Während meiner Praxiszeit im CJD in Wissen sind mir viele verschiedene Jugendliche, die in einer ähnlichen Situation stecken, begegnet. Durch ihre Unterschiedlichkeit machte ich viele Erfahrungen mit dem Einsatz und der Handhabung mehr oder weniger klar musiktherapeutischer Methoden.

Die für mich eindrücklichste Lernerfahrung war dabei, dass das wichtigste Instrument für jede Art der Musiktherapie mein eigener Körper ist, der auf vielfältige Weise in meinen verschiedenen Sinneskanälen reagiert und mir Empfindungen, Bilder, Impulse, etc. sendet, die mir Hinweise auf den Prozess meines Gegenübers geben. Ob und wie ich sie in den therapeutischen Prozess mit einbeziehe, dafür gibt es viele Möglichkeiten. Es ist wichtig, sich eine Offenheit anzueignen, die für einen selbst eine Herausforderung sein kann. Ob ich mit meinen Interventionen richtig liege, oder den Prozess meines Gegenübers in eine ganz andere Richtung lenke, oder ob er ein völlig anderer ist, als ich vermute, kann ich nur dialogisch herausfinden, indem ich auf das Feedback in den Worten und in der Körpersprache meines Gegenübers achte. Auf mich selbst zu hören war in dieser Zeit ein Lernprozess, und ich gewann durch die Supervision und die Reaktionen der Jugendlichen immer mehr Sicherheit.

Die Jugendlichen im CJD begegneten mir größtenteils aufgeschlossen und ließen sich für die musiktherapeutischen Angebote motivieren – an mancher Stelle zu meiner eigenen Überraschung. Ich stelle es allerdings in Frage, ob sie für Musiktherapie in Form von freier Improvisation ebenso offen gewesen wären.

Möglich war sie, bei den Jugendlichen, die ich betreute, nur mit Jennifer. Die anderen ließen sich nur auf sehr ausgewählte, niederschwellige Angebote ein, die aber wiederum nicht zu kindisch sein durften. Insgesamt halte ich Musiktherapie für eine sinnvolle, weil fördernde und unterstützende Maßnahme in einem CJD.