

Mehrfamiliengruppen und Musiktherapie

Als multifamilientherapeutische Bausteine innerhalb der tagesklinischen Behandlung wird neben der TEK-Gruppentherapie, ein „Elternkreis“ genanntes informelles Treffen, ein Elterntraining sowie FiSch – Familie in Schule angeboten.

Die kreativ-gestalterischen Arbeiten innerhalb der TEK-Gruppentherapie finden mit traditionellen Medien der Ergotherapie statt. Sowohl für die Familien als auch für uns brachte der Methodenwechsel ganz im Sinne eines Kontextwechsels „frischen Wind“ in unsere gemeinsame Arbeit. Gerade im Umgang mit dem Medium Musik ergaben sich neue Möglichkeiten und Ergänzungen der thematischen Schwerpunkte:

- *den Rhythmus wechseln,*
- *spontan reagieren,*
- *sich mitreißen lassen,*
- *sich verlieren und wieder finden,*
- *sich hörbar machen,*
- *Neues und Unbekanntes geschützt ausprobieren*

sind dabei nur einige Aspekte, die zur Perspektivenerweiterung anregen.

Im Folgenden stellen wir einige Übungen unserer Arbeit mit Familiengruppen in der Musiktherapie vor. Dabei ergänzen wir diese Übungen zur besseren Veranschaulichung durch kurze Beispiele aus unserer praktischen Arbeit.

Bei den meisten Übungen ermuntern wir die Familien dazu, der Gruppe etwas vorzuspielen. Eingebettet in eine wertschätzende „es-muss-nicht-perfekt-sein/ du-darfst-spielen-und-experimentieren“- Atmosphäre gelingt dies den meisten TeilnehmerInnen. Der Vorteil einer solchen Performance ist, dass leichter ein Spannungsbogen entsteht: die Familien arbeiten auf einen Zielpunkt, ein Ergebnis hin. Der Gruppe soll etwas vorgespielt werden, es wird überlegt: was wollen wir den Zuhörern von unserer Familie zeigen? Danach sind die Familien meist stolz darauf, das sie etwas Gemeinsames geschaffen und dies einem Publikum präsentiert haben.

Übungen

- Begrüßungsritual Regentanz

Wird eine Familie neu in die Mehrfamilientherapiegruppe aufgenommen, gibt es für diese Familie ein Begrüßungsritual: alle Teilnehmer der Gruppe stehen im Kreis. Die Therapeutin gibt jetzt bestimmte Bewegungsanweisungen nonverbal vor und sieht dabei reihum die Gruppenteilnehmer an. Diese imitieren die Aktion der Therapeutin

so lange, bis sie wieder mit Blickkontakt an der Reihe sind. Die Therapeutin beginnt mit

- 1) „Fingerklatschen“ der Zeigefinger und blickt im Kreis einmal herum, bis alle das Selbe tun.
- 2) Dann folgt „klatschen“ mit zwei Fingern,
- 3) danach Hände aneinander reiben,
- 4) dann klatschen mit den Händen,
- 5) klopfen auf die Schenkel und dann
- 6) stampfen mit den Füßen.

Abschließend wird die Reihenfolge eins bis sechs wieder umgekehrt, so dass alle Bewegungen langsam im Kreis zurückgenommen werden. Das klingt kompliziert, ist aber ganz einfach, macht viel Spaß und lockert die Gruppe wunderbar auf.

- Einstieg

Die Gruppe bildet einen großen Kreis, jeder Teilnehmer hat sich ein Instrument ausgesucht. Die Therapeutin spielt auf ihrem Instrument einen Ton an, im Uhrzeigersinn wird dieser Ton weitergegeben: jeder im Kreis spielt einmal einen Ton, bis die Reihe wieder an der Therapeutin ist. Nach ein paar Übungsrunden erklärt die Therapeutin, dass, wenn ein Ton zweimal angespielt wird, sich die Laufrichtung im Kreis ändert. Jeder Teilnehmer hat die Möglichkeit, einen Ton zweimal anzuspielen und so die Richtung der Tonweitergabe zu ändern.

- Stimmungen und Gefühle

Die Gruppe sammelt im Brainstorming gemeinsam Stimmungen und Gefühle des letzten Wochenendes, die Stichworte werden für alle lesbar auf einer Flipchart aufgeschrieben.

Anschließend bespricht jede Familie für sich, welches Gefühl sie musikalisch darstellt. Reihum stellt dann jede Familie ihr *Stimmungsstück* vor. Hat eine Familie ihr Stück zu Ende gespielt, raten die anderen Gruppenteilnehmer, um welches Stück (welche Stimmung) es sich gehandelt hat.

In ihrer Stimmungssammlung des letzten Wochenendes spricht die Gruppe von „anstrengend“, „langweilig“; „genervt“ und „schön“. Die Improvisationen dazu gestalten sich entsprechend langweilig, genervt, anstrengend oder schön. In einer zweiten Runde benennen die Familien Stimmungen und Gefühle, die lange nicht

mehr da waren und sehr gewünscht sind. Die 8jährige Hanna spielt mit ihren Eltern in dieser Runde zuerst. Die übrigen Familien raten sofort und erkennen: das war Geborgenheit.

Hanna und ihre Eltern freuen sich: „Wir können uns doch noch sehr geborgen miteinander fühlen!“.

- Büffelherde

Die Gruppe sitzt im Kreis, jeder Teilnehmer hat sich eine Trommel (Conga, Djembe etc.) ausgesucht. Die Gruppe spielt *grasende Büffel*: langsames, leises, dumpfes Schlagen. Plötzlich und unvermutet rennt ein Büffel los und die ganze Herde rennt mit: schnelles und lautes Schlagen, bis ein Büffel stehen bleibt und damit die Herde zum Stehen bringt: keiner schlägt die Trommel.

Variante: die Therapeutin spielt einen Löwen, der plötzlich springt und die Herde in Aufruhr bringt. Während weiterer Spielrunden können Kinder/Eltern die Löwenrolle übernehmen.

- Zusammenfinden

Eltern und Kind einer Familie sitzen oder stehen sich jeweils mit einem Instrument gegenüber. Beide stellen sich vor, einen Spiegel vor sich zu haben: einer spielt und wird von seinem Gegenüber in diesem Spiel gespiegelt. Nach ein paar Minuten gibt es einen Rollentausch, so dass jeder spielt und gespiegelt wird.

Variation: beim Spiegeln einen gemeinsamen Takt finden.

Während der Variation gelingt es der elfjährigen Marie und ihrer Mutter nicht, einen gemeinsamen Takt zu finden. Marie klagt: „ich kann Mama einfach nicht hören!“ Die übrigen Eltern bestätigen Marie's Mutter gegenüber, dass sie sehr leise spielt und für Marie bestimmt kaum hörbar sei. Gemeinsam mit Marie und ihrer Mutter sucht die Gruppe nach einem sanft aber gut hörbar klingenden Instrument. Eine große Schlitztrommel scheint die Lösung zu sein: die tiefen Basstöne erreichen jetzt auch Marie, nun kann sie mit ihrer Mutter einen gemeinsamen Takt finden.

- Zusammenbleiben

Eltern und Kind einer Familie spielen gemeinsam einen Rhythmus, die übrigen Familien versuchen, diese Familie mit anderen Rhythmen aus dem Takt zu bekommen.

- Familie als Orchester

Ein Elternteil verlässt den Therapieraum und wartet im Nebenraum. Die übrigen Gruppenmitglieder bekommen jetzt im Losverfahren die Rollen der Familie zugeordnet, deren Elternteil gerade den Raum verlassen hat. Das Kind dieser Familie ordnet nun jedem Gruppenmitglied, das stellvertretend für die Familie steht, ein Instrument zu.

Beispiel:

Frau ten Hoeve repräsentiert die Mutter. Die Mutter wird dargestellt durch das Klavier, weil sie oft für Harmonie sorgt.

Herr Pletsch hat die Rolle von Papa. Papa ist das Schlagzeug, weil er manchmal sehr laut wird.

Ein Kind aus der Gruppe steht stellvertretend für das Kind, dessen Familie gerade dargestellt wird: Marcel. Marcel ist die große Schlitztrommel, weil man ihn immer hören kann.

Finja, die kleine Schwester, wird durch eine andere Gruppenteilnehmerin vertreten. Finja ist die Blockflöte, weil sie meistens so leise ist.

Jetzt haben wir eine Familie als Orchester: Mama ist das Klavier, Papa das Schlagzeug, Marcel die Schlitztrommel und die Schwester ist die Blockflöte.

Das nebenan wartende Elternteil wird jetzt wieder in den Raum gebeten und hört sich eine kurze Improvisation dieser zusammengestellten Familie an. Danach rät diese Mutter/dieser Vater, welches Instrument wen aus der Familie dargestellt hat.

- Stärkenstücke

Die Familiengruppe sammelt auf einer Flip Chart Stichworte:

- Was die Kinder gut können/Stärken der Kinder
- Was die Eltern gut können/Stärken der Eltern
- Was die Familie gut kann/Stärken der Familien

Anschließend sucht sich jede Familie einen dort aufgeschriebenen Aspekt und improvisiert diesen vor den anderen Familien. Diese haben danach die Aufgabe zu erraten, welches Stärkenstück sie gerade gehört haben.

- *Klangteppich*

Die Gruppe beginnt mit dem Einüben einer gemeinsamen leisen Improvisation, die schließlich den *Klangteppich* bildet. Mit diesem Klangteppich als Hintergrund spielen jetzt einzelne Familienmitglieder oder jeweils eine Familie gemeinsam ein Solo.

- **Bilder und Worte**

An den Wänden in unserem Musiktherapieraum haben wir unterschiedliche großformatige Bilder und Worte angeheftet.

Die Aufgabe für die Familien ist es, sich jeweils ein Bild/Wort herauszusuchen und dieses der Gruppe vorzuspielen. Anschließend rät die Gruppe, welches der Bilder oder Worte dargestellt wurde.

- **Abschlussritual: Dirigieren**

Wenn ein Kind aus der teilstationären Behandlung entlassen wird und zum letzten Mal an einer Eltern-Kind Gruppe teilnimmt, darf dieses Kind auf der Bühne des Therapieraumes stehen und die Gruppe als Orchester dirigieren. Jeder Teilnehmer sucht sich ein Instrument aus. Der Dirigent zeigt jetzt der Reihe nach auf jedes Orchestermitglied und lässt sich das jeweilige Instrument vorstellen. Winkt der Dirigent den Spieler ab, beendet dieser sein Spiel. Haben alle Spieler ihre Instrumente vorgestellt, gibt der Dirigent ein vereinbartes Zeichen, so dass alle gemeinsam spielen. Hält der Dirigent dabei seine Hände ausgestreckt nach unten, spielt das Orchester sehr leise. Je höher der Dirigent die Hände ausgestreckt hält, desto lauter spielt das Orchester. Auf diese Weise kann der Dirigent die Lautstärke bestimmen, bis er das Orchester durch ein Abwinken beendet.

(Variante: die Gruppe spielt für eine Familie, dazu können deren Lieblingsinstrumente herausgesucht werden).

Nachdem Marcel die letzten Töne seiner „Abschiedssinfonie“ scheinbar genussvoll ausklingen lässt, wirkt sein Vater sehr gerührt und kommentiert das eben Erlebte: „das hätte ich vor wenigen Monaten niemals gedacht, dass Marcel hier einfach so vor uns auf der Bühne steht und dirigiert. Das hätte er früher nie gemacht!“

Elterntausch als therapeutische Intervention

Wie in unseren anderen multifamilientherapeutischen Settings, nutzen wir auch während der Eltern-Kind-Gruppentherapie häufig die Möglichkeit des *Elterntausches*. Gerade in Situationen, die für eine Familie festgefahren wirken, kann der Wechsel der Kinder zu einer anderen Familie aus der Gruppe für eine Übungssequenz sehr hilfreich sein. Dabei werden meist für Eltern und Kinder neue Perspektiven des Zusammenwirkens eröffnet. Die Spielsituationen mit andern Kindern/Eltern scheinen häufig für beide Seiten ein unbefangeneres Spiel zu ermöglichen. Hier müssen keine Dauerstreitthemen ausgefochten werden. Die dabei gewonnenen positiven Erfahrungen können in der darauf folgenden Übungssequenz in die eigene Familie übertragen werden. Eltern und Kinder erleben sich dadurch bezüglich ihrer Lösungsfindung als selbst wirksam.

Lena und ihre Mutter können sich während der Übung „Stimmungen und Gefühle“ nicht auf ein Gefühl einigen, welches sie improvisieren wollen. Sie finden häufig keine geeignete Spielweise für ihr ausgesuchtes Gefühl. Bereits zum dritten Mal in der Eltern-Kind Gruppe konstruieren sie für sich die Erfahrung „wir schaffen es nicht gemeinsam“.

Die Mutter einer anderen Familie hat eine Idee: „Durcheinander spielen – nicht abgestimmt aufeinander – einfach drauflos! dann kann man nichts falsch machen.“ Lena versucht das einmal mit dieser Gastmutter. Es funktioniert und Lena spielt scheinbar begeistert auf dem Klavier. Dadurch angeregt, improvisiert sie jetzt wieder mit ihrer Mutter gemeinsam die Stimmung Fröhlich. Lena ermutigt dabei während des Spieles ihre Mutter mit dem Ausruf: „Mama, spiel einfach drauf los! Dann kannst du gar nichts falsch machen!“

Nachbesprechung mit Musik

Die Struktur der TEK-Gruppentherapie sieht nach dem gemeinsamen praktischen Teil (gestalterisches Arbeiten/ Musik) eine Nachbesprechung im Elternkreis ohne Kinder vor. Zitat: „Der Austausch in der Elterngruppe entlastet die Eltern. Sie fühlen sich oft in Kindergarten und Schule als Außenseiter („wir sind die Einzigen mit einem so schwierigen Kind“) und erleben sich als Versager. In dieser Gruppe besteht die Gelegenheit, über die eigenen Belastungen als Eltern mit einem erzieherisch besonders anspruchvollem Kind mit Gleichgesinnten zu sprechen.

Ein weiteres Element der Elterngruppe ist die gegenseitige Rückmeldung über die Eltern-Kind-Beziehung und das Erziehungsverhalten, wobei wir darauf achten, dass

positive Rückmeldungen im Vordergrund stehen. Eltern teilen sich gegenseitig Beobachtungen mit, stellen einander Fragen und berichten über eigene Erfahrungen und Lösungsmodelle. So können sie unterschiedliche Möglichkeiten im Umgang mit Problemen kennen lernen. Wichtig ist, den Eltern Sichtweisen anzubieten, mit deren Hilfe sie merken, dass es nicht um „richtig“ oder „falsch“ geht, sondern darum, was möglich ist und zur jeweiligen Familie passt.

Die Gruppe bestärkt die Eltern darin, dass sie für ihre Familie die Experten sind, da sie die Probleme, aber auch die Stärken ihrer Familie kennen und bereits Strategien zur Lösung der Probleme ausprobiert haben. Diese unterschiedlich(st)en Strategien und Erfahrungen sind in der Elterngruppe gefragt, das Gespräch darüber stärkt das Selbstgefühl und das Vertrauen in die eigenen Möglichkeiten.“

(Behme-Matthiessen, Pletsch, 2008 S. 42)

Wir machen häufig gute Erfahrungen damit, die Reflexion mit den Eltern musikalisch zu improvisieren. Die Elterngruppe bekommt dann zum Beispiel die Aufgabe, auf der Flip Chart zu notieren, welche Eigenschaften sie selbst als gute Eltern auszeichnet. Was sind Ihre Qualitäten als Vater/Mutter? Was bekommen Sie im Zusammenleben mit Ihrem Kind gut hin? Was macht Ihnen und Ihrem Kind Spaß?

Oder die Aufforderung an die Elterngruppe, sich die Mutter/ den Vater von Marcel einmal anzuschauen und zu intuieren, was er/sie wohl für gute elterliche Qualitäten hat.

Wir staunen immer wieder darüber, wie viele Qualitäten die Eltern erkennen und mit welchem Genuss sie positive Rückmeldungen hören!

Im Anschluss an diese Sammlung bitten wir wieder jedes Elternteil, sich einen dieser Aspekte herauszusuchen und musikalisch darzustellen. Oder wir bitten zwei Väter und zwei Mütter, gemeinsam eine *Wunschqualität* zu spielen, die auf der Liste steht und die sie selbst gerne noch entwickeln möchten. Wie in den oben beschriebenen Übungen hat der Rest der Elterngruppe wieder die Aufgabe zu raten, welche Qualität hier musikalisch dargestellt wird.

Wir variieren diese Übung auch in der Weise, dass wir den Raum verlassen, die Elterngruppe sich einen Aspekt herausucht, uns wieder hereinbittet und uns diesen Aspekt vorspielt. Jetzt ist es die Aufgabe an uns zu raten, welche ihrer Qualitäten uns die Eltern präsentieren.

Es ist dabei eine Freude zu erleben, mit welcher Begeisterung und Kreativität die Eltern an diesem Spiel teilnehmen.

Literatur

- Asen,E. , Scholz,M. (2009) Praxis der Multifamilientherapie. Heidelberg: Carl Auer-Systeme
- Behme-Matthiessen,U., Bock,K., Nykamp,A., Pletsch,T. (2009): FiSch – Familie in Schule. systema heft 3. Weinheim:Institut für Familientherapie e.V.
- Behme-Matthiessen,U., Pletsch,T.(2009): Gesundheit in Aktion! Zeitschrift für Transaktionsanalyse. Heft 3 26.Jahrg. Paderborn: Junfermann
- Behme-Matthiessen,U., Pletsch,T.(2005): Themenorientierte Eltern-Kind Gruppentherapie, Zeitschrift für systemische Therapie und Beratung, Heft 3, 23.Jahrg. Dortmund: modernes lernen
- Behme-Matthiessen,U., Pletsch,T. (2008): Räume-Träume-Grenzen Eine Einführung in die Themenorientierte Eltern-Kind- Gruppentherapie. Dortmund: modernes lernen
- Decker-Voigt,H.H. , Weymann,E. (1991): Aus der Seele gespielt. München: Goldmann Verlag
- Decker-Voigt,H.H., Knill,P.J. (1996): Lexikon Musiktherapie. Göttingen: Hogrefe
- Eberling,W., Hargens,J. (1996): Einfach kurz und gut - Zur Praxis der lösungsorientierten Kurztherapie. Dortmund: borgmann
- Frohne-Hagemann , Pleß-Adamczyk (2005) Indikation Musiktherapie bei psychischen Problemen im Kindes- und Jugendalter. Göttingen: Vandenhoeck & Ruprecht
- Gührs,M., Nowak,C. (1995): Das konstruktive Gespräch. Meezen: Limmer
- Hegi (1995): Improvisation und Musiktherapie. Paderborn: Junfermann
- Hennig,G., Pelz,G. (1999): Transaktionsanalyse-Lehrbuch für Therapie und Beratung. Freiburg: Herder
- Houben, Smitskamp, te Velde (1989): The creative Process. Culemborg(NL): Phaedon
- Hochreutener,L. (2009): Spiel-Musik-Therapie. Göttingen: Hogrefe

Autoren

Ingrid ten Hoeve, Dipl. Musiktherapeutin, HELIOS-Klinikum Schleswig, Fachklinik für Kinder- und Jugendpsychiatrie & Psychotherapie

Ingrid.Ten.Hoeve@helios-kliniken.de

Thomas Pletsch, Arbeitspädagoge/Transaktionsanalytiker, Psychotherapie (HPG), Leiter der Abt. Kreative Therapien am HELIOS-Klinikum Schleswig, Fachklinik für Kinder- und Jugendpsychiatrie & Psychotherapie

Thomas.Pletsch@helios-kliniken.de