



Hochschule Neubrandenburg
University of Applied Sciences

Fachbereich Soziale Arbeit, Bildung und Erziehung

**Die musikalische Gruppenimprovisation in der Arbeit
mit Kindern und Jugendlichen
-im Kontext von Traumatisierung**

Bachelorarbeit

Vorgelegt von

Marie Haack

Erstprüfer: Prof. Dr. Matthias Tischer

Zweitprüfer: Prof. Dr. Tom Klimant

URN Nummer: urn:nbn:de:gbv:519-thesis2023-0423-1

Inhaltsverzeichnis

1. Einleitung.....	1
2. Trauma.....	2
2.1. Was ist Trauma.....	2
2.2. Ätiologie.....	4
2.3. Symptomatik und Folgen.....	7
3. Traumapädagogik	10
3.1. Traumatherapie und Traumapädagogik.....	10
3.2. Theorie und Themenbereiche	12
3.3. Soziale Arbeit und Traumapädagogik	15
4. Bedeutung von Musik	16
4.1. Im Allgemeinen	17
4.1.1. Auf Kreativität.....	18
4.1.2. Auf Intelligenz.....	19
4.2. Soziale Arbeit und Musik	21
5. Methode der Gruppenimprovisation	23
5.1. Soziale Gruppenarbeit	24
5.2. Was ist Gruppenimprovisation	26
5.3. Auswirkung von Gruppenimprovisation	29
5.3.1. Auf Gruppendynamik, Gruppenprozesse	32
5.3.2. Auf Traumatisierung	37
6. Fazit.....	40
7. Quellenverzeichnis.....	43

1. Einleitung

Musik ist überall. Man kann sich bewusst mit ihr beschäftigen, in Form vom selbstständigen Musizieren oder dem Musikhören. Man nimmt sie jedoch auch oft unbewusst wahr, zum Beispiel im Radio oder in Werbeanzeigen. So beeinflusst sie die Menschen, wie auch mich. Seit meiner Kindheit umgebe ich mich mit Musik. Gemeinsam mit meiner Mutter sang ich bereits als Kleinkind regelmäßig Kinder- sowie Poplieder. Über die Jahre lernte ich das Gitarre und Ukulele spielen. Brachte mir selbst etwas Klavier und Flöte bei. Ich konnte bereits an mir selbst beobachten, wie Musik und im Besonderen das eigenständige Musizieren, meine Gefühle und Stimmungen beeinflusst. Ich lernte, dass ich durch das Musizieren entspannen, mich selbst beruhigen und mit bestimmten Situationen umgehen kann. Das Musizieren beeindruckte mich so sehr, dass ich ab der ersten Klasse in Chören sang, später mit meiner eigenen Band auftreten durfte und mich traute Straßenmusik zu machen. Ich besuchte und besuche regelmäßig Konzerte und bin immer wieder überwältigt von den Energien, welche die Menschen bei Konzerten gemeinsam ausstrahlen. Die Musik dient ihnen als wesentlicher Identifikationsfaktor. Sie ermöglicht es, auch innerhalb einer Großen Gruppe ein Gefühl von Einheit zu verspüren, wie es bei Konzerten oder auch Festivals der Fall ist. Auch in meiner Arbeit in der ambulanten Jugendhilfe konnte ich schon häufig beobachten, welchen Einfluss Musik auf Kinder und Jugendliche haben kann. Es ermöglicht ihnen unter anderem ihren Gefühlen und Stimmungen auf verbaler sowie nonverbaler Ebene Ausdruck zu verschaffen. Da ich bereits öfter gemeinsam mit Kindern und Jugendlichen musiziert habe, stellte sich mir die Frage: Inwiefern hat die musikalische Gruppenimprovisation einen Einfluss auf Kinder und Jugendliche, welche von Trauma betroffen sind?

Damit es gelingt diese Frage zu beantworten, wird der Begriff Trauma zunächst näher erläutert. Um von Trauma betroffene Personen besser zu verstehen und nachvollziehen zu können, wird auf dessen Ursachen, Symptomatiken und Folgen genauer eingegangen. Die Arbeit mit traumatisierten Menschen benötigt ein fundiertes Wissen in diesem Bereich, daher soll im anschließenden Kapitel auf die Grundlagen der Traumapädagogik eingegangen werden. Um eine Verbindung zwischen der Methode der musikalischen Gruppenimprovisation und der Arbeit im Kontext von Trauma zu schaffen, wird im Folgenden Kapitel auf die Bedeutung der Musik im Allgemeinen sowie im Bereich der Gruppenarbeit und der Arbeit mit Kindern und Jugendlichen näher betrachtet. Im

genauerer soll folgend die Methode der musikalischen Gruppenimprovisation beschrieben und in den Kontext von Traumatisierung gestellt werden. Hierbei wird auch auf die Auswirkungen in Gruppenprozessen Bezug genommen. Im Anschluss wird die Arbeit mit einem zusammenfassenden Fazit abgeschlossen.

Ich habe mich in dieser Arbeit für den Kontext der Traumatisierung entschieden, da ich in meinem Arbeitsfeld, der Ambulanten Jugendhilfe, bereits in Kontakt mit traumatisierten Kindern und Jugendlichen getreten bin. Während der Arbeit mit den Betroffenen habe ich bemerkt, wie wichtig das Thema der Sensibilisierung im Umgang mit Trauma ist. Daher habe ich beschlossen, ihn als einen wichtigen Teil dieser Arbeit mit aufzunehmen.

2. Trauma

Das nun folgende Kapitel wird sich auf den Begriff des „Traumas“ beziehen. Hierbei wird zunächst eine Definition herausgestellt, welche das Trauma genauer erklärt und beschreibt. Anschließend beschäftigt sich der Abschnitt der Ätiologie mit den Ursachen, welche ein Trauma auslösen beziehungsweise entstehen lassen können. Am Ende dieses Kapitels werden die Folgen und Symptomaten, die Traumata mit sich bringen, dargestellt und beleuchtet.

2.1. Was ist Trauma

Im Alltag wird der Begriff „Trauma“ übermäßig verwendet. Dabei ist den meisten Menschen die eigentliche Bedeutung von Traumatisierung nicht bewusst. Der Begriff wird von vielen Personen verwendet, welche hohen Belastungen ausgesetzt sind. Möglicherweise wurden sie von prägenden Lebensereignissen übermannt. Dabei kann es sich zum Beispiel um zwischenmenschliche Konflikte oder die Trennung vom jeweiligen Lebenspartner*in handeln. Auch wenn man anfänglich von diesen Situationen überwältigt wird, kann man sich schlussendlich zumeist sortieren und die vorliegenden Probleme Punkt für Punkt bewerkstelligen. (vgl. Romanus-Ludewig 2022, S. 13)

Laut ICD 11 werden Störungen, welche durch traumatisierende Situationen entstehen, als posttraumatische Belastungsstörung (PTBS), in 6B40 und als komplexe posttraumatische

Belastungsstörung (komplexe PTBS), in 6B41 wie folgt beschrieben. Für die PTBS (6B40) gilt die Definition: „[...] *wenn man einem extrem bedrohlichen oder entsetzlichen Ereignis oder einer Reihe von Ereignissen ausgesetzt war.*“ (Bundesinstitut für Arzneimittel und Medizinprodukte 2023, Internetquelle). Die komplexe PTSD wird wie folgt beschrieben: „[...] *nachdem man einem Ereignis oder einer Reihe von Ereignissen extrem bedrohlicher oder schrecklicher Natur ausgesetzt war, meist langanhaltende oder sich wiederholende Ereignisse, denen man nur schwer oder gar nicht entkommen kann [...]*“ (Bundesinstitut für Arzneimittel und Medizinprodukte 2023, Internetquelle).

Bei einer Traumatisierung handelt es sich um eine andauernde Schädigung bereits vorhandener Strukturen. Dieser Vorgang findet gleichermaßen im Körper als auch in der Psyche statt. Die gesamte Wahrnehmung sowie die Informationsverarbeitung des*der Betroffenen kann sich verändern. Der Körper empfindet hierbei eine lebensbedrohliche Situation, aus welcher er nicht fliehen kann. Er verspürt Hilflosigkeit, Erstarrtheit, Teilnahmslosigkeit, bis hin zu einem völligen Ohnmachtsgefühl. (vgl. Reichinger 2019, S.23) Standardstrategien, wie die Flucht zu ergreifen oder sich zu wehren funktionieren nicht. In höchst lebensbedrohlichen Situationen würde ein Mensch, wie auch die Tiere, entweder flüchten, um den Ort der Gefahr zu verlassen und Abstand zu gewinnen, oder all seine Kräfte mobilisieren, um einen kommenden Kampf zu gewinnen. Gibt es jedoch keinerlei Möglichkeit dies umzusetzen, befindet man sich in einer traumatischen Situation, aus welcher allein nicht herausgefunden werden kann. Die betroffenen Personen erstarren. Für den Körper besteht auch die Möglichkeit der Fragmentierung des Erlebten. Das traumatische Ereignis wird in einzelne Teile zerlegt und so gespeichert, da der Geist sonst nicht fähig wäre, das erlebte im Ganzen zu verstehen. So speichert das Gedächtnis einzelne einfacher zu verstehende Bilder ab. (vgl. Romanus-Ludewig 2022, S 13-14) Diese traumatischen Erfahrungen ziehen zumeist eine posttraumatische Belastungsstörung, beziehungsweise eine komplexe posttraumatische Belastungsstörung mit sich. Hierbei erleben die Betroffenen die traumatischen Erlebnisse erneut. Dies kann unter anderem in Form von Albträumen oder Flashbacks geschehen. Dabei verspüren sie meist überwältigende Emotionen wie starke Angst oder Lebensgefahr. Sie können die gleichen Gefühle und körperlichen Empfindungen wahrnehmen, wie sie während der traumatisierenden Situation zu spüren waren. (vgl. Bundesinstitut für Arzneimittel und Medizinprodukte 2023, Internetquelle)

Kommt es zu einem traumatischen Ereignis, wird der Körper wie auch der Geist in einen Notzustand versetzt und es laufen dementsprechende Reaktionen im Organismus ab. Im Gehirn wird das Stresszentrum aktiviert. Botenstoffe mit der Information „Gefahr“ werden an die Nebennieren weitergeleitet. Hierdurch wird die Produktion von Stresshormonen angeregt, es kommt zu einer erhöhten Ausschüttung von Adrenalin. Puls und Blutdruck steigen an. Besteht jedoch eine traumatische Situation ist der Körper mit der Stressverarbeitung überfordert. Er kann die angestaute Energie und die dafür produzierten Hormone nicht abgeben. Der Körper erstarrt und verfällt in ein Gefühl der Ohnmacht oder auch Betäubung. Auch das Gedächtnis ist von diesem Ereignis betroffen und spaltet das Erlebte in kleine „verstehbare“ Teile auf. Diese werden im Gehirn im Bereich des Hippocampus gespeichert. Also in jenem Teil des Gehirns, welcher insbesondere für die Aufrechterhaltung und Bildung von Gedächtnisinhalten und an Lernprozessen beteiligt ist. In einer Art kurzer Momentaufnahmen werden die besonders lebensbedrohlichen Erinnerungen nur schwer zugänglich im Bereich der Amygdala abgespeichert. Dieser Mandelförmige Bereich im Gehirn ist unter anderem für emotionale Reaktionen und die Speicherung für Gedächtnisinhalte verantwortlich. Die betroffenen können daher nicht die gesamte traumatische Situation auf einmal abrufen, da die Erinnerungen an unterschiedlichen Orten im Gehirn gespeichert wurden. Die verschiedenen Erinnerungsstücke sind dementsprechend unterschiedlich leicht und schnell abrufbar. (vgl. Romanus-Ludewig 2022, S. 15)

2.2. Ätiologie

Extrem bedrohliche oder entsetzliche Ereignisse wirken laut Definition traumatisierend. Die betroffenen Personen befinden sich in Situationen, in welchen sie Kontrollverlust spüren und extremen Ängsten unmittelbar ausgesetzt sind. Dabei können unterschiedlichste Geschehnisse ein Trauma auslösen. Die natürlichen Bewältigungsmechanismen des Körpers reichen während eines oder mehreren traumatisierenden Erlebnissen nicht aus. In Situationen in denen extremer Stress von unserem Körper empfunden wird, haben die Menschen natürliche Instinkte, kämpfen oder fliehen. Wenn jedoch nichts davon möglich ist, so scheint die Lage aussichtslos zu sein. (vgl. Gesundheit GV. AT. 2023, Internetquelle)

Um die Abläufe im Gehirn während solcher traumatisierenden Erlebnisse zu verstehen, sollte man kurz die Biologischen Prozesse betrachten. Bereits in der Steinzeit sicherte die Reaktion des Körpers auf Stress meist das Überleben. Hierfür waren schnelle automatische Verhaltensmuster nötig. In unserem Körper treffen wir auf drei sich folgende Stresssysteme. Zum ersten das *Kampf-Flucht-System*. Dieses versetzt den Körper in schnellstmögliche Handlungsbereitschaft. Der Mensch ist höchst reaktionsbereit, wach und aufmerksam. Der Körper und Geist sind höchstmöglich mobilisiert zu kämpfen oder zu fliehen. Das *Bindungssystem* setzt ein, wenn sich eine Problemlage nicht über Kämpfen oder Fliehen lösen lässt. Die Betroffenen nehmen eine sogenannte Demutshaltung ein. Diese soll zeigen, dass die Person hilflos ist. Freunde sollen so aktiviert werden zu Helfen und Feinde sollen ermutigt werden, Gnade walten zu lassen. Sollte jedoch keine der vorher genannten Systeme funktionieren setzt die *Erstarrung (Todstellreflex)* ein. (vgl. Baierl 2016 [1], S. 27)

Hierbei setzt oftmals die Dissoziation ein, psychische Funktionen fallen auseinander. Die Betroffenen ziehen sich nach innen zurück, um den äußeren Wahrnehmungen zu entfliehen. Die meisten Traumata und Definitionen dessen, beziehen sich auf das System des Erstarrens. Für den *Kampf-Flucht-Reflex* sind hauptsächlich der Hirnstamm, das limbische System sowie der präfrontale Cortex beteiligt. Dabei ist der Hirnstamm für die meisten lebenswichtigen Funktionen des Körpers zuständig. Unter anderem steuert er die Atmung, das Herz-Kreislaufsystem oder auch das Schwitzen. Im limbischen System findet man unter anderem den Hippocampus und die Amygdala (Mandelkern) an. In diesem Bereich laufen zahlreiche Informationen des Gehirns und verschiedener Körperregionen zusammen. Es ist im großen Teil an der Gedächtnisbildung, im besonderen Sinne der Ordnung von Gedächtnisinhalten und der Steuerung des vegetativen Nervensystems beteiligt. Hier entstehen Emotionen und der Umgang mit Gefühlen. Situationen werden bewertet und wiedererkannt, so kann eine unterbewusste Einschätzung der Gefahr und somit eine Kampf-, Flucht-, oder Angstreaktion gelingen. Um Ereignisse mit Emotionen verknüpfen zu können, benötigen wir die Amygdala. Durch Überreizung dieser sind jedoch die Schwelle, Reize als Gefährlich anzusehen, verringert. So werden immer kleinere und ungefährlichere Reize als Gefahrenpotenzial eingestuft. In Gefahrensituationen werden Hormone wie Adrenalin, Noradrenalin und Kortisol ausgeschüttet. Diese verursachen zum Beispiel einen Anstieg der Herzfrequenz und der Atmung. Auch fließt mehr Blut durch die Muskeln, welche so mit mehr

Sauerstoff angereichert werden. Dies führt dazu eine höhere Kraft aufbringen zu können. Setzt das *Bindungssystem* ein wird das Hormon Oxytocin im Hypothalamus innerhalb des Gehirns gebildet. Wird dieses Ausgeschüttet behindert es die Tätigkeiten der Amygdala und verhindert so das Kampf- Flucht-Verhalten. Kann die Gefahr jedoch über keines der beiden vorerst genannten Systeme gebannt werden, schaltet sich das *Erstarrungssystem* ein. Der Parasympathikus wird dabei stark aktiviert. Er ist eine Komponente des vegetativen Nervensystems und verursacht das Herunterfahren dieses. Daraufhin werden vom Körper eigene Opiate ausgeschüttet, welche schmerzlindernd und betäubend wirken können. Folge dessen, können unter anderem komplette Muskelentspannung, Erstarrung, Ohnmacht und Hemmung von Hilfeschreien sein. Diese Abläufe geschehen autonom und ohne jegliche Steuerung durch selbstständige Gedanken. (vgl. Baierl 2016 [1], S. 28 ff.)

Traumatische Ereignisse, welche zu den zuvor beschriebenen Systemen führen, können laut Dittmar in Typen eingeteilt werden. Dabei werden Typ-I-, beziehungsweise Typ-II-Traumata beschrieben. Dargestellt werden hierbei die Apersonalen oder akzidentellen Traumata (Typ-I), diese werden nicht durch Personen zugeführt. Sie geschehen zufällig und sind daher nicht geplant. Beispiele hierfür könnten Naturkatastrophen oder technische Ausfälle sein. Schwere Verkehrs- oder Arbeitsunfälle, welche zwar von bestimmten Personen verursacht werden, jedoch unbeabsichtigt waren, zählen ebenfalls dazu. Auch Erlebnisse bei Einsätzen von Berufsgruppen wie der Feuerwehr, Polizei oder dem Militär, gehören zu den Ursachen einer Typ-I Traumatisierung. Bei den Typ-II-Traumata handelt es sich um Personale oder auch menschlich verursachte Traumata. Diese zeichnen sich durch sexuelle Übergriffe, körperliche oder auch kriminelle Gewalt aus. Beispiele hier sind Banküberfälle, sexueller Missbrauch, Folter beziehungsweise auch Kriegseinwirkungen. Diese Typisierung unterscheidet auch in einmalige beziehungsweise überraschende Traumatisierung (Typ-I), wie Naturereignisse oder Unfälle sowie in langanhaltende, sich wiederholende Ereignisse. Dazu zählen Geiselnhaft und wiederholende Folter, jedoch auch sexuelle sowie körperliche Gewalt in der Kindheit oder dem Erwachsenenalter. Neben diesen Typisierungen wird zusätzlich die Ebene der medizinisch bedingten Traumata erörtert. Hierzu zählen lebensgefährliche Erkrankungen, chronische lebensbedrohliche Krankheiten und die notwendigen medizinischen Eingriffe. Diese werden bei den zufälligen Traumata eingeordnet. Die durch Behandlungsfehler entstehenden (chronischen) Behandlungsverläufe sollen jedoch bei den von Menschen verursachten Traumata eingegliedert werden. Eine andere Klassifikation stellen die

Bindungs-, Beziehungstraumata da. Zu dieser werden alle Verhaltensweisen von Erwachsenen gezählt, welche dazu führen können, Kinder und Jugendliche mit psychologischen Methoden zu gefährden. Beispiele hierfür sind: emotionale Vernachlässigung, Missachtung aller Bedürfnisse von Kindern, das Erleben von Gewalt oder Gewaltandrohungen, das Zuschreiben der Rolle des Schuldigen durch chronische Entwertung des Kindes sowie durch die Behinderung der psychosozialen Entwicklung aufgrund von Isolation, Terrorisieren, Drohungen oder durch komplettes Ignorieren des Kindes. Laut Dittmar hat sich im Laufe der Zeit herausgestellt, dass zwar die Symptomatik der einzelnen Typen des Traumas gleich sind, jedoch die durch Menschen willentlich verursachten sowie die länger andauernden Traumata, zu stärkeren Beeinträchtigungen führen als die weiteren Typisierungen. (vgl. Beckrath-Wilking u.a. 2013, S. 35-38)

2.3. Symptomatik und Folgen

Durch ein psychisches Trauma werden die biologischen und psychischen Bewältigungsstrategien der Opfer überfordert. Die Unterstützung außenstehender Personen kann die „Unfähigkeit“, diese Überforderung der traumatisierten Menschen auszugleichen, nicht kompensieren. Aufgrund dessen ist ein Trauma ein subjektives Ereignis. Die Wirkung dessen ist für jeden beteiligten Menschen unterschiedlich. Das Trauma wird auf verschiedene Weisen wahrgenommen und verarbeitet. Durch die persönliche Interpretation der geschädigten Person und den individuellen Entwicklungsstand, ist ein psychisches Trauma zutiefst überwältigend für den Menschen. (vgl. Streek-Fischer 2011, S. 121)

Extremer und dauerhafter Stress wird im Körper wahrgenommen, welcher sich negativ auf Körper und Geist auswirkt. Diese hohen Belastungssituationen können auch im Gehirn negative Spuren hinterlassen. Bei diesen extremen Ereignissen ist das Stressverarbeitungssystem im Gehirn überfordert. Peritraumatische Symptome wie: wiedererleben des Traumas (Flashbacks), Alpträume, Ängste, Ohnmachtsgefühl oder auch dauerhafte Alarmiertheit des Körpers, sind mögliche Folgen. So können sich nach verschiedenen Traumatischen Situationen, wie zum Beispiel Kriegserlebnisse, Naturkatastrophen oder Misshandlungen, Strukturveränderungen im Gehirnstoffwechsel und manchmal sogar in der Struktur des Hirns finden lassen. Aufgrund der überhöhten

Produktion von Stresshormonen und der verstärkten Aktivierung des sympathischen Nervensystems, (welches für die Regulation des Körpers in Stresssituationen verantwortlich ist, zum Beispiel Erhöhung Puls, Schlafschwierigkeiten) kommt es zu einer Überreizung des Körpers. Dies kann sich wiederum negativ auf die Gedächtnisleistung auswirken. Bleibt die erhöhte Produktion von Stresshormonen konstant, wird die Informationsverarbeitung im Gehirn negativ beeinflusst. Diese Auswirkungen können sich unter anderem im Bereich des Hippocampus zeigen. In dieser Hirnstruktur wird unter anderem die Wichtigkeit von gesammelten Erfahrungen bewertet, auch ist er an der Bildung und Erhaltung von Gedächtnisinhalten beteiligt. Jene als wichtig eingeordneten Inhalte, werden dann an die Großhirnrinde weitergeleitet. Hier werden sie kognitiv eingeordnet und so kann aus ihnen gelernt werden. Ist der Hippocampus durch das Trauma „Gestört“, kann dies dazu führen, dass die Speicherung von traumatisierenden Ereignissen nicht möglich ist. Besonders nicht im Kurzzeitgedächtnis. Durch die Traumafolgestörung kann es so auch zu einer Überregung der Amygdala (Mandelkern) kommen. Dieser Teil des Gehirns speichert Gefühle, welche mit bestimmten Erlebnissen verknüpft sind. Die Eindrücke eines Traumas und der körperliche Zustand des Menschen werden im Mandelkern gespeichert. Liegt dann eine Störung im Hippocampus und oder in der Amygdala vor, zerfallen die Eindrücke und Wahrnehmungen der traumatischen Situation in Einzelteile und können nicht als Ganzes abgerufen und zugeordnet werden. Diese Teile können die Realität der Opfer überlagern und als Intrusionen (innere Bilder des traumatisierenden Ereignisses) immer wiederkehren. Hierbei können auch andere Bereiche im Gehirn unterdrückt werden, wie zum Beispiel das Sprachzentrum. Daher fehlen Betroffenen oftmals die Worte, um das Erlebte wiedergeben zu können. Das stückweise Erinnern, die Erinnerungslücken sowie plötzlich auftretende Bilder und willkürliche Gefühle, stellen für die Opfer von Traumata eine große Überforderung dar. (vgl. Gesundheit GV. AT. 2023, Internetquelle)

Weitere Folgen einer chronischen Traumafolgestörung sind ein mangelndes selbstregulierendes Verhalten, sowie eine geringe Impuls- und Affektkontrolle. Diese beinhalten zumeist destruktives Verhalten gegenüber anderen, aber auch sich selbst. Es spiegeln sich auch in Aufmerksamkeitsproblematiken wider, zum Beispiel in Lernproblemen. Gefühlsausbrüche sind für die meisten Betroffenen unkontrollierbar, sie können starke Gefühle wie Angst, Wut und Trauer nicht unterbrechen oder verstehen, warum sie auftreten. Die Opfer sind nicht dazu fähig die Vorboten oder auch Trigger

wahrzunehmen und dementsprechend zu handeln. Ihre eigenen Ausbrüche oder jene anderer Personen, können die betroffenen Personen als retraumatisierend empfinden. In der Schule fallen diese Kinder meist aufgrund ihres aggressiven und nicht regulierbaren Verhaltens auf. Aufgrund unkontrollierbarer Stressreaktionen greifen diese Jugendlichen meist zu anderen vermeidlichen Bewältigungsmechanismen wie: Alkohol, Drogen oder auch bestimmte identitätsstiftende Ideologien. Jugendliche, welche Traumafolgestörungen aufweisen, sind „[...] über 300- Fach stärker gefährdet als nichttraumatisierte Gleichaltrige, in Drogenmissbrauch, Selbstverletzungen und gewalttätig-aggressives Verhalten gegen andere zu geraten.“ (Streeck-Fischer 2011, S. 124) Störungen der Selbstwahrnehmung sowie der Wahrnehmung von anderen Personen, können als Folge von Trauma auftreten. Diese stehen in Verbindung mit verschwommenen Sichtweisen. Sie spiegeln sich unter anderem in der Verdrehung, Verzerrung von Realität, Fantasie, Vergangenheit und Gegenwart wider. Hierbei kann das Problem entstehen, in der Wiedergabe der Betroffenen nicht zu erkennen, ob sie von der Wirklichkeit oder ihrer Fantasie sprechen. Wichtig beim Umgang mit den Opfern ist es, die Erzählungen als Wirklichkeit anzunehmen. So fühlen sich die Betroffenen verstanden und ernstgenommen. Traumatisierende Erlebnisse in der Frühkindlichen Entwicklung verhindern es, Vertrauen in die Umwelt und andere Personen zu entwickeln. Das Fehlen von beständigen Orientierungsmechanismen schafft Zweifel und Unklarheiten. Sie leben mit ständiger Ungewissheit ob andere verlässlich und vertrauenswürdig sind, dies führt zu anhaltendem Misstrauen, aber auch Unterstellungen sowie zu Problemen mit Intimität oder sozialer Isolation. (vgl. Streeck-Fischer 2011, S. 124 ff.)

In Folge massiv bedrohlicher und gefährlicher Erfahrungen, können sich bereits erwähnte Traumafolgestörungen entwickeln. Hierzu zählt die Posttraumatische Belastungsstörung (PTBS) sowie die komplexe Posttraumatische Belastungsstörung (komplexe PTBS). Sie kennzeichnet sich durch das erneute und unkontrollierbare Wiedererleben der traumatischen Situation/en. Diese zeigen sich in lebhaften, realistisch wirkenden Erinnerungen (Flashbacks) oder Albträumen. Dieses erneute Erleben des Traumas kann verschiedene Sinneswahrnehmungen mit einbeziehen und wird meist von unkontrollierbaren Gefühlsausbrüchen begleitet. Das Vermeiden oder auch verdrängen von triggernden Situationen oder auch Personen, ist ein weiteres Symptom der PTBS. Es zeigt sich einer erhöhte Hypervigilanz, welche sich durch erhöhte Wachsamkeit und

starke Schreckreaktion auszeichnet. Die Betroffenen fühlen sich meist von ungefährlichen Situationen bedroht. Bei einer PTBS halten diese Symptome und Folgen mindestens mehrere Wochen an. Sie beeinträchtigen die Menschen in unter anderem persönlichen, beruflichen, sozialen oder auch familiären Bereichen negativ. Die Komplexe PTBS wird zusätzlich zu den Symptomen einer PTBS, durch Probleme in der Affektregulierung gekennzeichnet. Zudem kommt die Auffassung man selbst sei wertlos und besiegt worden hinzu. Begleitet wird dies von Scham- und Schuldgefühlen sowie Versagensängsten, in Verbindung mit dem traumatisierenden Erlebnis. Des Weiteren haben Betroffene Erschwernisse zu vertrauen und so Beziehungen zu anderen aufzubauen und aufrechtzuerhalten sowie Intimität einzugehen. (vgl. Bundesinstitut für Arzneimittel und Medizinprodukte 2023, Internetquelle)

3. Traumapädagogik

Dieses Kapitel wird sich auf die Arbeit der Traumapädagogik beziehen. Im Folgenden wird zunächst auf Traumatherapie und Pädagogik eingegangen. Es soll dargestellt werden, dass die Soziale Arbeit pädagogisch, beratend tätig wird und dies nicht als Form von Therapie gilt. Nachstehend wird die Theorie der Traumapädagogik erklärt und dargestellt. Zudem soll die Praxis der Sozialen Arbeit mit der Theorie verknüpft werden, um zu erfahren, was in der Arbeit mit traumatisierten Kindern und Jugendlichen wichtig und zu beachten ist, damit den Betroffenen die bestmögliche Hilfe gewährleistet wird.

3.1. Traumatherapie und Traumapädagogik

Es wird klar unterschieden zwischen Psychotherapie, in diesem Fall spezifischer Traumatherapie und der Traumapädagogik. Das Vorgehen der pädagogischen Arbeit und der Zusammenhalt des Teams, wirken im Besten Fall bestärkend und unterstützend zur Therapie des Traumas. Im Kontext der pädagogischen Arbeit finden keine Traumata konfrontierenden Behandlungen statt. Hierbei handelt es sich um Techniken, bei denen die betroffenen Personen, Schritt für Schritt mit den traumatisierenden Ereignissen, Gefühlen und Wahrnehmungen konfrontiert werden. Die Traumapädagogik wirkt zusätzlich zu der Therapie stabilisierend, aktivierend, stärkt Ressourcen und unterstützt dabei, die Traumafolgen zu verstehen. Sie begünstigt das kognitive und emotionale

Persönlichkeitswachstum und hilft, negative Glaubens- und Gedankenansätze neu zu Ordnen. Die Traumapädagogik sollte gemeinsam mit der Therapie agieren, um die Lasten der Arbeit zu verteilen. So kann in gegenseitiger Unterstützung gearbeitet werden. Durch die Vernetzung des Spezifischen Wissens, können sich zudem neue Ressourcen für die Klient*innen erschließen. Die Reflexion der beruflichen Rolle sowie der eigenen Person und die Bereitschaft über eigene Erfahrungen nachzudenken oder auch zu sprechen, sind wichtig für die Arbeit der Traumapädagog*innen. Dies wirkt nicht nur als Prophylaxe eines Burnouts, sondern dient auch die Bedeutung und Auswirkungen von Triggern zu erkennen und zu verstehen. (vgl. Beckrath-Wilking u.a. 2013, S. 287)

Die Traumatherapie untersucht und bearbeitet die Traumafolgen, Symptome sowie Auswirkungen im hier und jetzt. Sie behandelt auch die Ursprünge der Probleme und ist meist zu problem- und defizitorientiert. Die Beratende, pädagogische Arbeit ist geübt, mit den Beeinträchtigungen der Klient*innen im Alltag umzugehen und dessen Verbesserung in der direkten Arbeit zu berücksichtigen. Die Grenzen liegen hierbei, im Gegensatz zur Therapie, bei der Traumakonfrontation und der Arbeit im Inneren und führt zu den Traumata. Die Traumapädagogik wirkt stabilisierend. Sie begleitet die Phasen der Konfrontation mit dem Trauma. Das pädagogische Arbeiten geht „weg“ von dem Trauma bedingten Stress. Sie soll die Alltags- und Arbeitsfunktion verbessern und dabei helfen, dass die Betroffenen sich selbst, in Situationen wo sie allein sind, beruhigen können. Dabei wirken beide Disziplinen, im besten Fall gemeinsam, heilend. Sie schaffen Grundlagen zur Verarbeitung des Traumas, indem sie durch individuelle Stabilisierung eine sozial integrierte und möglichst angstfreie Alltagsbewältigung ermöglichen. Beide Teile haben überschneidende Ziele, wie: das Selbstbewusstsein und die Durchsetzungsfähigkeit zu stärken, Abgrenzungsfähigkeit, eigene Bedürfnisse bewusst wahrzunehmen und zu äußern, Selbstreflexion, Affektregulierung sowie Zukunftsvisionen zu visualisieren. Beide Formen sehen es als Ziel, bestehende Ressourcen zu bestärken und neue auszubauen. Dies soll unter anderem der Angstbewältigung dienen. Die verzerrte Selbst-, beziehungsweise Fremdwahrnehmung der Klient*innen soll korrigiert werden. Wichtig ist es jedoch auch, die Grenzen der ambulanten Traumapädagogik zu erkennen. Diese treten beispielsweise bei suizidalem Verhalten, extremen Suchtverhalten, kritischem Untergewicht oder auch zutiefst überwältigenden Triggern ein. Die vorübergehende stationäre Einbindung oder auch intensivmedizinische Versorgung bei akuter Selbst-, beziehungsweise Fremdgefährdung,

ist hier unumgänglich. Die ambulanten und stationären Einrichtungen sollten, wenn auch nur sporadisch, vernetzt bleiben, um eine weitere Verschlechterung der akuten Problematik zu vermindern. (vgl. Beckrath-Wilking u.a. 2013, S. 286-287)

3.2. Theorie und Themenbereiche

Bei der Traumapädagogik werden Theorien und Forschungsergebnisse aus der Traumatologie sowie Themenbereiche, Methoden und Kenntnisse aus der Heilpädagogik, auf die Pädagogik übertragen. In dessen Zentrum steht die sichere und wertschätzende Begegnung zwischen Klient*in und Pädagog*in. Sie soll die Selbstheilungs- und Selbsterhaltungskräfte der Kinder und Jugendlichen fördern und stabilisieren. Die Traumapädagogik wird meist als sicherer Ort beschrieben. Ziel soll es sein, den Klient*innen positive und umgewandelte Bildungsangebote, in einer sicheren Umgebung bereit zu stellen. So können Selbstwirksamkeit und Vertrauen gefördert und aufgebaut sowie Aggressionen abgebaut werden. Entwicklungspotenziale und das eigene Selbstwertgefühl können gesteigert werden. (vgl. Beckrath-Wilking u.a. 2013, S. 285)

Die Fachkräfte sollten eine klare Haltung gegen Gewalt einnehmen und ausstrahlen, da die Traumapädagogik gezielt präventive Maßnahmen zwischenmenschlicher und institutioneller Gewalt fördern soll. Daher sollten die Pädagog*innen keinerlei Gewalt tolerieren und dieser bestimmt entgegenzutreten. Aufgabe der Fachkräfte ist es vielmehr, konstruktive Lösungen gemeinsam mit den Kindern und Jugendlichen zu erarbeiten. Die Traumapädagogik unterstützt jedoch nicht nur die Klient*innen, auch die Pädagog*innen können an ihr wachsen. Sie unterstützt die Fachkräfte dabei, sich durch eventuelle Fehler und Stressigen Situationen, weiterzuentwickeln. Denn kommt es zu diesen, ist es unter anderem Ziel der Traumapädagogik, Stress und Fehler einzugestehen, diese Situationen zu reflektieren und anzunehmen sowie gegebenenfalls sich zu entschuldigen. So können die Kinder und Jugendlichen lernen, richtig mit Stress und Fehlern umzugehen und diese zu lösen. In der Arbeit mit traumatisierten Kindern und Jugendlichen ist es im Allgemeinen für die Fachkräfte wichtig, im regelmäßigen Austausch mit den Kolleg*innen zu stehen. Gemeinsames Reflektieren und Fallbesprechungen durchzuführen ist maßgebend für die Verarbeitung von Ausnahmesituationen, die während der Arbeit entstehen. (vgl. Beckrath-Wilking u.a. 2013, S. 285)

Die Grundlage jeder Pädagogik und so auch der Traumapädagogik ist es, seinem Gegenüber Wertschätzung zu erweisen. Dies bezieht sich auch auf das Leben, die Lebensgeschichte, Lebenswelt und Lebensweise. Sie erkennt das, was ist und was war, an. Es geht darum, sich auf das, was sein kann zu konzentrieren und nicht auf das, was sein soll und muss. Diese Einstellung gilt für die Traumapädagogik auf mehreren Ebenen. Im Folgenden werden einige der Ebenen der Traumapädagogik erklärt. Viele der Klient*innen haben keine wahre Wertschätzung in ihrem bisherigen Leben wahrnehmen dürfen. Manche von ihnen sind durch ihre Erlebnisse selbst zu Tätern geworden und haben dementsprechende Ablehnung von anderen Personen erlebt. Bei vielen Opfern waren Bekannte, Eltern oder Angehörige die Täter, weshalb den Opfern auch hier die Wertschätzung entzogen wurde. Durch gezielte Wertschätzung für die Betroffenen, kann diesen Dynamiken entgegengewirkt werden. Sie ist auch wichtig, um bestehende Ambivalenzen der Klient*innen, zum Beispiel gegenüber der liebenden, aber auch gewalttätigen Mutter aufrichtig und entlastend begegnen zu können. Zudem bildet sie die Grundlage, auf welcher sich die beteiligten Personen untereinander auf professioneller Ebene und Nähe begegnen können. Eine weitere Ebene für die Pädagogik als sicheren Ort, ist die Bereitschaft und Fähigkeit sich (Pädagog*innen) als Autorität darzustellen und zu etablieren. In dieser Position bedeutet es, dass die Fachkräfte sich als Personen verstehen, zu welchen die Klient*innen aufschauen können, an denen sie sich in ihrem Handeln und Denken orientieren können. Hierfür sollten die Pädagog*innen sich ihrer eigenen Stärke und Macht bewusst sein. Denn so können sie den Kindern und Jugendlichen ein Gefühl von Sicherheit geben. Sie erleben sie als mächtig und gut, indem sie klare Regeln und Grenzen aufstellen und diese durchsetzen können. Oftmals erleben die Betroffenen, Erwachsene Personen als die Bösen oder Machtlosen. So denken viele sich für eine dieser beiden Seiten entscheiden zu müssen. Die Pädagog*innen zeigen ihnen jedoch noch eine weitere Seite. Indem die Fachkräfte sich für andere einsetzen und dabei standhaft und durchsetzungsfähig bleiben, zeigen sie den Kindern und Jugendlichen, dass auch sie wachsen können. (vgl. Baierl 2016 [2] S. 47 ff.)

Auch die Ressourcenorientierung ist ein wichtiger Bereich für die Traumapädagogik. Die Fähigkeiten, welche ein jeder Mensch zur Selbstheilung hat, sollen so aktiviert und unterstützt werden. Um diese herauszufiltern, sollten sich die Fachkräfte bei den verschiedensten Verhaltensweisen der Klient*innen fragen, welche Fähigkeiten sie haben, um so geeignet reagieren zu können. Um Ressourcen gemeinsam mit den

Betroffenen erarbeiten zu können, müssen Fragen gestellt werden wie: Was kannst du gut? Was magst du an dir besonders gerne? Worauf kannst du stolz sein? Gemeinsam mit den Klient*innen kann so beispielsweise erarbeitet werden, in welchen Situationen sie welche Ressourcen konstruktiv nutzen können. Dabei ist es wichtig darauf zu achten, was gemeinsam gefördert und erarbeitet werden soll und nicht auf die Dinge, die grundlegend verändert werden sollen. Lebensfreude ist eine andere wichtige Ebene. Sie ist eine Grundhaltung der Traumapädagogik. In dieser Arbeit gibt es viele traurige und bedrückende Aspekte. Darum ist Lebensfreude und gesunder Humor ein wertvolles Gegengewicht für Fachkräfte und Klient*innen. Eine positive und lebensfrohe Grundhaltung kann dabei helfen, Suizidideen zu vermindern. (vgl. Baierl 2016 [2] S. 52-54)

Dementsprechend ist ein wesentlicher Grundfaktor der Traumapädagogik die Haltung der Fachkräfte. Sie verstehen die Verhaltensweisen der Kinder und Jugendlichen als Überlebensstrategien im Bezug zu ihrer Geschichte. Die Pfeiler ihrer Arbeit bilden Wertschätzung, Positivität, Verstehen und fachkompetentes Handeln. Die Traumapädagogik bietet eine zusätzliche und unterstützende Hilfe zur Therapie. Diese sind meist zusätzlich mit einem Heilauftrag verbunden. Dieser kann gemeinsam mit den Eltern, durch familienunterstützende oder auch familienersetzende Maßnahme erarbeitet werden. In Kooperation mit den Eltern können Erziehungsberatung oder auch Traumaberatung hilfreich sein. Dabei ist es wichtig, dass die Eltern kein verzerrtes Bild davon wahrnehmen, was beispielsweise eine Therapie bewirken kann. Da unüberlegte Äußerungen und zu hohe Ansprüche auf die Verbesserung der Probleme, zu zusätzlichem Leid führen können. Familienunterstützende Maßnahmen bieten zum Beispiel Wohnformen für die Familie an, wie das Kinderhilfezentrum Düsseldorf. Hier werden ganze Familien stationär aufgenommen und betreut. Auch Tagesgruppen bieten Unterstützende Trauma pädagogische Funktionen. Bei familienersetzenden Maßnahmen werden die betroffenen Kinder und Jugendlichen in stationären Einrichtungen, wie Wohngruppen oder Heimen untergebracht. Weitestgehend übernehmen hier die Fachkräfte die familiären Funktionen. Dabei sorgen diese für die sicheren Orte der Klient*innen. Hier erleben sie neue Bindungen und können ihre eigenen Ressourcen erfahren. Gesunde Beziehungen ermöglichen den Betroffenen starke, wirksame und nachhaltige Erfahrungen. Diese positiven Erlebnisse ermöglichen es, dass die Klient*innen sich trauen, nach Hilfe und Unterstützung in konfliktbehafteten Situationen

zu fragen. Gemeinsam werden die Symptome mit ihrer Entstehungsgeschichte verbunden. Kinder und Jugendliche können so verstehen, dass ihre Verhaltensweisen Bewältigungs- beziehungsweise Schutzstrategien sind. Sie können diese wertschätzen und verstehen, ob es weiterhin notwendig ist und ob es mittlerweile negative Aspekte mit sich bringt. Gemeinsam mit den Fachkräften können dementsprechend neue und alternative Handlungsmethoden erarbeitet werden. (vgl. Beckrath-Wilking u.a. 2013, S. 290 ff)

3.3. Soziale Arbeit und Traumapädagogik

Die Sozialpädagogik wie auch die Traumapädagogik richten ihre Aufmerksamkeit besonders auf die sozialen Ursachen, die zur Entstehung von Problemlagen führen. Dabei spielen auch die Unterstützung in deprimierenden Situationen und die Integration in die Community eine wichtige Rolle. Die Soziale Arbeit wie auch die Traumapädagogik, sprechen sich gleichermaßen gegen die Deutung ihrer Klient*innen als „krankhaft“ oder „gestört“ aus. Diese Art der Bewertung (Pathologisierung) von veränderten Verhaltensweisen, Empfindungen, Wahrnehmungen, etc., sollten weitestgehend verhindert werden. Stattdessen soll den Klient*innen dabei geholfen werden, ihre Verhaltensmuster kennenzulernen und zu verstehen, um diese verändern oder bestmöglich selbst steuern zu können. Meist wirken sich diese in sozialen Kontakten negativ aus und führen dazu, dass im Kontext der Hilfe kein richtiger Beziehungsaufbau stattfinden kann. So richtet sich das Trauma pädagogische Arbeiten eher an Kinder und Jugendliche. Erwachsene erhalten meist eher eine Traumaberatung, da diese in der Regel keine pädagogischen Maßnahmen und Erziehung mehr benötigen. (vgl. Beckrath-Wilking u.a. 2013, S. 286)

Eine Ausnahme bildet die Jugendhilfe nach §41 Absatz 1 SGB VIII *Hilfe für junge Volljährige*: „Junge Volljährige erhalten geeignete und notwendige Hilfe nach diesem Abschnitt, wenn und solange ihre Persönlichkeitsentwicklung eine selbstbestimmte, eigenverantwortliche und selbstständige Lebensführung nicht gewährleistet. Die Hilfe wird in der Regel nur bis zur Vollendung des 21. Lebensjahres gewährt.“ (Bundesministerium der Justiz 2023 Internetquelle [1]) In diesem Fall erhalten die im Juristischen Sinne erwachsenen Klient*innen sowohl sozialpädagogische als auch traumapädagogische Maßnahmen, aber auch Traumaberatung als Hilfen angeboten, da

der Bedarf der Hilfe einer nicht entwicklungsgerechten Persönlichkeitsstruktur zu Grunde geht. Die Soziale Arbeit in Verbindung mit Traumapädagogik kann so genutzt werden, um gemeinsam mit den Kindern und Jugendlichen realistische Ziele für ihre Zukunft zu erarbeiten. Hierzu zählt zum Beispiel der Schulabschluss, Berufsausbildung oder Studium. Gemeinsam kann die Lebenssituation stabilisiert sowie vorhandene Ressourcen erkannt und nutzbar gemacht werden. Wichtig ist es, alle vorhandenen Möglichkeiten zu nutzen und auch nach dem Scheitern von Vorhaben aufbauend und unterstützend für die Klient*innen zu arbeiten. So können sich auch erst während der gemeinsamen Arbeit neue Chancen eröffnen. (vgl. Beckrath-Wilking 2013, S.286 ff.)

Für Sozialpädagogische Einrichtungen, welche Traumapädagogik anbieten wollen, ist es wichtig, ihre Mitarbeiter*innen spezifisch auszubilden. Hierfür sind regelmäßige Weiterbildungen und Klausurtagungen von großer Bedeutung. Auf diese Weise werden die Fachkräfte im Umgang mit stark traumatisierten Kindern und Jugendlichen, welche hoch belastenden Erlebnissen ausgesetzt waren, bestmöglich vorbereitet. Da diese meist Besonderheiten und Schwierigkeiten in der Betreuung und Erziehung aufweisen. Die traumapädagogischen Konzepte müssen auf die Klient*innen abgestimmt und so auch im Alltag umsetzbar sein. Da die Arbeit mit herausfordernden Kindern und Jugendlichen, besonders für die Fachkräfte sehr belastend sein kann, gilt es im Team regelmäßig zu reflektieren und Supervisionen anzubieten. Aufgrund dessen, dass die Pädagog*innen bei ihrer Arbeit immer wieder an ihre fachlichen und emotionalen Grenzen stoßen. Maßgebend für die Helfer*innen ist es, immer aufs Neue nach konstruktiven Lösungswegen zu suchen und sich selbst dabei nicht zu überfordern, indem sie im ständigen reflektiven Austausch mit sich selbst stehen. (vgl. Beckrath-Wilking 2013, S. 291-292)

4. Bedeutung von Musik

Um nachvollziehen zu können, welche Auswirkungen die Musik im Zusammenspiel mit Traumapädagogik auf Kinder und Jugendliche hat, soll in den nachfolgenden Kapiteln erstmals die Bedeutung von Musik auf den*die Einzelne*n erläutert werden. Dazu wird der Einfluss der Musik Anfangs an den Beispielen der Kreativität und der Kommunikation erklärt. Weiter wird die Bedeutung dessen, in Zusammenhang mit der Sozialen Arbeit gestellt.

4.1. Im Allgemeinen

Mit Musik hat jeder Mensch bereits Erfahrungen gesammelt. Sie beeinflusst uns. Sie löst angesichts der Musikauswahl verschiedene Stimmungen und Reaktionen aus. Dabei wirkt sie auf jede Person anders. Es kann sich um eine einzelne Person, aber auch um ganze Gruppen handeln, welche zur selben Zeit, am selben Ort, dieselbe Musik hört, beispielsweise bei einem Konzert. Sie beeinflusst die Menschen im Denken, Handeln und Fühlen.

Musik kann so beispielsweise Einfluss auf das Fahrverhalten bei Autofahrer*innen haben. Während der eine Song beim Fahren die Konzentration steigert und zu einem lockeren eher entspannten Fahren verleitet, so lädt der andere eher zu einem schnellen und aggressiven Fahrstil ein. Der Einfluss von Musik sollte keinesfalls unterschätzt werden. Es begegnen uns keine Kulturen auf der Welt, welche ohne Musik auskommen und so auf dessen Wirkung verzichten wollen. Eher selten begegnet man Menschen, die mit Musik nicht in Berührung kommen wollen. (vgl. Wickel 2018, S. 51)

Die Wirkung, welche Musik im Besonderen auf Kinder und Jugendliche hat, lässt sich anhand einer Langzeitstudie von Hans Günther Bastian an Berliner Grundschulen zeigen. Hier wurde in einem Zeitraum von sechs Jahren an Berliner Grundschulen geforscht. Durchgeführt wurde die Forschung zwischen musikbetonten Grundschulen. Das bedeutet, Kinder, welche dort die Schule besuchten, hatten zwei Stunden Musikunterricht, erlernten ein Instrument und musizierten zusätzlich in einem Ensemble (hier wird die Abkürzung MG für Modellgruppe verwendet). Sowie zwei Vergleichsschulen, in welchen konventioneller Musikunterricht mit einer Wochenstunde durchgeführt wurde (hierfür für die Abkürzung KG für Kontrollgruppe verwendet). Zum Beispiel in den Bereichen der sozialen Kompetenzen und der Reflexionsfähigkeit wurde festgestellt, dass es in den musikbetonten Schulen zu weniger Ausgrenzung kam. Seitdem die Kinder der MG gemeinsam musizierten und ein Instrument lernten, sanken die Negativwahlen (im Bezug zum Soziogramm: die Schüler mag ich nicht) der Schüler*innen teilweise doppelt so stark wie in der KG. Über die gesamte Studie erhielten 62% der Schüler*innen keine Ablehnung anderer. Zum Vergleich, nur 34% der Schüler*innen in der KG erhielten keine Ablehnungen anderer. Dies zeigt, dass die Kinder der MG durch das gemeinsame Musizieren einen stärkeren sozialen Zusammenhalt und Verbundenheit verspürten. Auch in anderen Bereichen, wie der

Intelligenz war eine deutliche Verbesserung der Kinder der Modellgruppen zu erkennen. So schnitten die Kinder der musikbetonten Grundschulen bei allen Begabungs- und Intelligenztests besser ab als jene der Vergleichsschulen. Auch ein Zuwachs des Intelligenzquotienten nach erweiterter Musikerziehung war zu erkennen. Schon diese Beispiele zeigen, dass Musik(erziehung) neben Spaß und Freude auch wichtige Merkmale der Persönlichkeit beeinflusst und fördert, wie Teamfähigkeit, Intelligenz, etc. (vgl. Bastian 2000, S. 1ff.)

Für viele Menschen ist Musik eine Bereicherung in ihrem Leben. In den meisten Umfragen dieser Art, wird Musikhören oder selbst zu musizieren als häufigstes Hobby genannt. Sie wird sogar nach Familie, Freunden und Gesundheit als einer der wichtigsten Grundwerte angesehen. Dabei liegt Musik im Auge des Betrachters. Was für einige Lärm und einfach nur „nervig“ ist, kann für andere entspannend sein. Es ist schwierig Musik zu definieren. Eine Art der Definition ist jedoch folgende. Musik stammt von dem griechischen Wort *musiké* ab. Es bezeichnet das Geschenk Apollos sowie der Musen an die Menschen. Es soll die: „[...] *musische Seite, der seelisch-emotionale Ausdruck des Menschen.*“ (Altenmüller 2018, S. 2-3) wiedergeben. Doch nicht nur auf die griechische Religion lässt sich der Ursprung der Musik zurückverfolgen. Solche Entstehungsgeschichten findet man auch im Hinduismus, Buddhismus und mehreren Naturreligionen. Bei allen ist jedoch gleich, dass die Musik als Mittel zur Verbindung, in diesem Fall zu den Göttern, gesehen wird. Es ist also zu erkennen, dass die Bedeutung von Musik nicht nur für den einzelnen Menschen von Wichtigkeit ist, sondern auch für Gruppen und ganze Kulturen. (vgl. Altenmüller 2018, S. 2-5)

4.1.1. Auf Kreativität

Kreativität ist ein schwer zu definierender Begriff. Sie drückt sich bei jedem Menschen anders aus und ein*e jede*r hatte bereits kreative Auseinandersetzungen. Kreativität kann sein, etwas neu zu erschaffen beziehungsweise etwas vorhandenes neu zu interpretieren und nach seinen Vorstellungen zu verändern. Es kann sich dabei aber auch um die Fähigkeit handeln, in Problemsituationen besonders lösungsorientiert handeln zu können. Dabei gibt es fünf charakterliche Schritte. Zum ersten die Vorbereitung. Dabei setzt man sich mit dem zu bearbeitenden Gebiet auseinander und bereitet sich bestmöglich darauf vor. Als zweites steht die Inkubation. Das Gehirn arbeitet auch in Ruhephasen am

kreativen Prozess. Dabei werden Verbindungen und Assoziationen zwischen Ideen und Vorstellungen geschaffen. Dieser Prozess geschieht unbewusst. An dritter Stelle steht die Einsicht. Hier führen die bis dahin verknüpften Ideen und Kombinationen zum sogenannten „aha“ Effekt, bei dem es sich nach einen bisher unbekanntem Sinneszusammenhang handelt, welcher plötzlich begreifbar gemacht wird. Die Bewertung steht an vierter Stelle. Vorhandene Normen und Werte werden nun miteinbezogen. So kann erkannt werden, ob der zuvor entstandene Gedanke sinnvoll und umsetzbar erscheint. Sollte dies nicht so sein, wird er verworfen und erneut an Punkt drei eingesetzt. An letzter und somit fünfter Stelle steht die Ausarbeitung. Der für gut befundenen Gedanke wird nun umgesetzt. (vgl. Wieser 2011, S. 28 ff.)

Musik kann bei den kreativen Prozessen deutlich unterstützen. Sie ist eine Ausdrucksweise menschlichen Empfindens. Beim Musizieren, ob in der Gruppe also im Chor, einer Band oder allein, aber auch beim Musik hören, gelangen die Menschen in eine Art Flow oder auch Vertiefung der Konzentration. So können sie sich ihrem Tun völlig hingeben und betrachten den Prozess genau. Durch die verschiedenen Emotionen, die die Musik auslösen kann, können neue Ideen und Denkanstöße entstehen, welche den kreativen Prozess unterstützen können. (vgl. Pirker 2013, S. 6)

Dies zeigt auch die bereits beschriebene Studie von Hans Günther Bastian. Die Studie erwies, dass die Kinder der musikbetonten Grundschulen, in allen Kreativitätstests besser abschnitten als jene der Vergleichsschulen. Es wurde dabei herausgefunden, dass die Musikalisierung und das eigenständige Musizieren im Lernprozess positive Auswirkungen auf die Kreativität hatten. Die Kinder konnten zum Beispiel schneller und effektiver Lösungsansätze erfahren und umsetzen. Ihre Denkansätze sind offener und Ideenreicher. (vgl. Bastian 2000, S.2)

4.1.2. Auf Intelligenz

Intelligenz ist breit gefächert und erfährt immer wieder erneuerte Definitionen. Trotz dessen gibt es keine einheitliche und im Allgemeinen akzeptierte Erklärung dieses Begriffes. Sie wird als Fähigkeit angesehen, sich unbekanntem Situationen anzupassen und dementsprechende funktionierende Lösungswege zu erkennen und umzusetzen. (vgl. Ziegler, Kurt 2023, Internetquelle) Darüber hinaus gilt sie auch als Befähigung sinnvoll,

zweckmäßig und vernünftig zu handeln sowie sich mit seiner Umwelt effektiv auseinandersetzen zu können. (vgl. Wieser 2011, S. 4)

Experten benennen die Problemlösungskompetenz, Entscheidungsfindung, abstraktes Denken und Repräsentieren als wichtige Eckpfeiler für die Intelligenz. Sie kann mittels des Intelligenzquotienten (IQ) gemessen werden. Dieser gibt an, wie hoch die intellektuelle Leistungsfähigkeit einer Person ist. Es handelt sich dabei um einen reinen Vergleichswert gegenüber einer zuvor benannten Vergleichsgruppe. Bei den Werten 85-115 handelt es sich um einen durchschnittlichen IQ. Ab einem Wert von 130 wird von Hochbegabung gesprochen. Ein Wert von unter 70 zeigt eine Minderbegabung der getesteten Person an. Die Testergebnisse müssen dabei individuell überprüft und interpretiert werden, da die zu testende Person von äußeren Faktoren, aber auch aufgrund von beispielsweise Nervosität und Aufregung oder auch Prüfungsangst beeinflusst werden kann. So kann es auch geschehen, dass zu einem anderen Zeitpunkt, an einem anderen Ort, der Test, von ein und derselben Person, unterschiedlich ausfallen kann. Daher handelt es sich bei dem IQ-Test um keinen genauen Messwert der Intelligenz. (vgl. Ziegler, Kurt 2023, Internetquelle)

Einen besonderen Einfluss auf die Intelligenz kann dabei Musik haben. Sie stellt hohe Anforderungen an das Gehirn. Beim Musizieren müssen verschiedenste Aufgaben und Reize miteinander verbunden und gleichzeitig koordiniert werden. Dies können zum Beispiel Hand- und Körperbewegungen sein oder auch das Zusammenführen von Notenbild, Textgestaltung, dazu meist Handbewegungen und in vielen Fällen das zusätzliche Singen. Dazu kommt die passende Veränderung der Tonhöhe oder die Korrektur dieser. Bei dem Prozess des Musizierens müssen dementsprechend nicht nur motorische und visuelle Reize verknüpft und verbunden werden, sondern auch auditive und emotionale und das in der linken und gleichzeitig rechten Hirnhälfte. Dies führt zu einer starken neuen Vernetzung des Gehirns, was es auch gleichzeitig fordert und fördert. (vgl. Pirker 2013, S. 6)

Das Musik eine Auswirkung auf die Intelligenz von Menschen hat, ergibt auch die Studie von Hans Günther Bastian, mit welcher sich in dieser Arbeit bereits beschäftigt wurde. Hier wurde festgestellt, dass es einen Zusammenhang der ansteigenden Intelligenz bei musikalischen Kindern und Jugendlichen gibt. Es ergab sich über sechs Studienjahre, dass der IQ-Wert der Kinder, welche eine musikbetonte Grundschule besuchten, gemeinsam mit dem Level der Musikalität anstieg. Bei Messungen der IQ-Mittelwerte

der Modell- und Vergleichsgruppe, ergaben sich im ersten Jahr der Studie keine bedeutenden Unterschiede. Nach dem vierten Jahr, konnte jedoch ein deutlicher Anstieg des Intelligenzquotienten der Schüler*innen der musikbetonten Grundschule erfasst werden. Dieser betrug im Durchschnitt der Modellgruppe 111 im Vergleich zu einem Wert von 105 der Kontrollgruppe. Auch die Kinder der Modellgruppe, welche schon zu Beginn des Experiments einen überdurchschnittlichen IQ hatten, konnten diesen, im Vergleich zu jenen der Kontrollgruppe, deutlich steigern. Zudem konnte die kognitive Entwicklung, von Kindern mit unterdurchschnittlicher Intelligenz, durch Musikerziehung erweitert und gefördert werden, im Gegensatz zu den Kindern, welche die Vergleichsschule besuchten und nicht von dieser Förderung profitieren konnten. Durch diese Daten und Analyseergebnisse lässt sich deutlich erkennen, dass Musizieren, Musik, sowie Musikerziehung einen starken positiven Einfluss auf die Intelligenzentwicklung von Kindern und Jugendlichen hat. (vgl. Bastian 2000, S. 1 ff.)

4.2. Soziale Arbeit und Musik

Musik ist ein wichtiger Bestandteil der Kinder und Jugendlichen in ihrem Leben. Durch sie können die Menschen Emotionen ausdrücken und sich von anderen Gruppen abgrenzen. Musik kann auch bei der eigenen Identitätsfindung helfen. Laut JIM-Studie 2022 (Jugend, Information, Multi-Media) des Medienpädagogischen Forschungsverbundes Südwest hören 89 % der Kinder und Jugendlichen von 12-19 Jahren regelmäßig Musik. 62 % der befragten Personen sogar täglich. Damit liegt das Musikhören mit 89 % nach der Internetnutzung mit 94 % an zweiter Stelle der beliebtesten Mediennutzungen in der Freizeitgestaltung. Hier ist die Nutzung des Streamingdienstes Spotify mit 55 % am höchsten. 36 % davon nutzen diesen Dienst sogar täglich. Auf dem zweiten Platz liegt mit 45 % die Radionutzung, um Musik live zu hören. Dazu kommt, dass 30 % der Kinder und Jugendlichen mindestens einmal pro Monat selbst musizieren. Davon machen 17 % der Befragten täglich beziehungsweise mehrmals pro Woche selbst Musik. (vgl. Medienpädagogischer Forschungsverbund Südwest 2022, Internetquelle)

Es ist also nicht zu leugnen, dass Musik einen wichtigen Platz im Leben, in diesem Falle, von Kindern und Jugendlichen einnimmt. Sie hat eine Zentrale Bedeutung und steht bei vielen Menschen im Mittelpunkt ihres Denkens, Handelns und Fühlens. Dabei ist sie an

keine bestimmten Orte oder Institutionen gebunden. Musik kann verbinden und Kommunikationsmittel sein. Sie befähigt dazu, die Kinder und Jugendlichen auf andere, für sie wichtige Art und Weise zu erreichen. Jeder von ihnen definiert sich dabei durch die eigene Musik beziehungsweise eigenen Musikgeschmack und schafft es, sich von anderen abzugrenzen. Sie ist Identität stiftend, allein schon durch das Identifizieren mit den Künstler*innen. Dabei kann Musik jedoch auch zur Gruppenidentität beitragen, indem durch gemeinsamen Musikgeschmack, durch passende Kleidung oder auch Frisuren, ein Gefühl von Einheit entsteht. Durch Musik können Kinder und Jugendliche zudem ihre Gefühlswelten regulieren und verstehen. Besonders durch das verstärken positiver, aber auch negativer Stimmungen, wie zum Beispiel starken Liebeskummer oder Trauer. Sie bietet Flucht- und Rückzugsmöglichkeiten aus ihrem Alltag, indem sie als Ablenkung oder Bewältigung fungiert. Musik kann von den Kindern und Jugendlichen ebenfalls als Identifikation mit politischen Ideologien verwendet werden, da sie auch als Methode zur politischen Instrumentalisierung genutzt werden kann. Besonders in der rechten Szene findet diese Methode häufig Anwendung. Dabei wird durch die Musik an Lebensgefühl, Spaß, Zusammenhalt und das Gefühl von Einheit angeknüpft. Auf diese Art und Weise, werden die Kinder und Jugendlichen beeindruckt und verführt, sich für diese extremen Szenen zu öffnen. Sie sind so leichter zugänglich und offener den politischen Gedanken gegenüber. (vgl. Wickel 2018, S. 68ff.)

Es ist also nur logisch, dass Musik als Methode in der Sozialen Arbeit zum Einsatz gebracht wird. Bei einer Profession wie dieser, welche hauptsächlich auf verbaler Kommunikation basiert, kann Musik ein nonverbales Medium sein. Die emotionale Wirkung der Musik dient dabei als Medium des Beziehungsaufbaus und der Kommunikation. Dabei bleibt sie eine künstlerische Ausdrucksform und kann von den meisten Personen direkt verstanden werden. Während der sozialpädagogischen Arbeit mit dem Medium Musik, wird nicht nur die kulturelle Bildung gefördert, sondern auch die Persönlichkeitsentwicklung sowie Kommunikation. Sie unterstützt die Geselligkeit im sozialen Gefüge und hilft bei der Entfaltung von kreativen Ressourcen. (vgl. Minkenberg 2018, S. 9-10)

Während der Arbeit mit Musik, stehen nicht die musikalischen Ziele, sondern die der Sozialen Arbeit im Vordergrund. Das Medium Musik, dient dabei lediglich der Zielerreichung. Die Förderung der Wahrnehmungs- und Kommunikationsfähigkeit sowie die Interaktionskompetenzen im sozialen Raum und Beziehungen stehen im

Vordergrund. Die Musik ist Mittel um die Klient*innen zu erreichen, zu verstehen und zu fördern. Sie ordnet sich den Zielen der sozialen Arbeit unter, ohne jedoch ihren eigenen künstlerischen Aspekt zu verlieren. Sie ist ein Bindeglied zwischen den Menschen, durch welches kommuniziert werden kann. Musik löst dabei Prozesse aus, die wahrgenommen und verstanden werden sollen. Im Gegensatz zu der Musiktherapie konzentriert sich die soziale Arbeit mit Musik auf komplexe Alltagsprobleme und nicht auf Schlüsselprobleme. Die Soziale Arbeit versucht so den Alltag der Klient*innen zu verarbeiten und Lösungsansätze zu konstruieren, während in der Musiktherapie meist der Alltag durch ein nicht entsprechendes Setting verfremdet wird. Die Soziale Arbeit richtet sich dabei auf die Problemlagen der spezifischen Lebenssituationen aus, es geht um das Hier und Jetzt. Sie arbeitet nicht wie die Therapie, diagnose- und behandlungsorientiert. Möchte man jedoch auch musiktherapeutische Ansätze in seiner Arbeit umsetzen, so ist eine Ausbildung in einem musikpädagogischen Kontext notwendig. (vgl. Allemann 2016, S. 21 ff.)

Es ist deutlich zu erkennen, dass Musik eine wichtige Aufgabe in der Entwicklung und Alltagsbewältigung von Kindern und Jugendlichen einnimmt. Es liegt also nahe, Musik in der Sozialen Arbeit einzusetzen, um die Klient*innen zu erreichen, zu fördern und bei ihren Entwicklungsaufgaben zu unterstützen. Sie enthält geeignete Zugänge in die Lebenswelt und so auch in die Problemwelt der Menschen. Es können Ausdrucksformen, Erlebens-, Erfahrungsfelder und Ressourcen erfahren werden. Die Bedeutung der Musik für die Kinder und Jugendlichen muss von den Fachkräften akzeptiert, verstanden und respektiert werden. Da es sich dabei um ein Eindringen in ihren Rückzugsort handelt, indem sie sich durch die Musik ausdrücken und mit sich selbst auseinandersetzen. Ein abwertendes Verhalten zum Beispiel gegenüber dem Musikgeschmack, kann die Kinder und Jugendlichen verletzen und so die pädagogische Arbeit mit der Musik beeinträchtigen oder gar beenden. (vgl. Wickel 2018, S. 70)

5. Methode der Gruppenimprovisation

Im nun folgenden Abschnitt soll die Methode der Gruppenimprovisation genauer erläutert werden. Um diese verstehen und zu erkennen, inwiefern die Methode Auswirkungen auf Kinder und Jugendliche hat, soll zunächst auf die Soziale Gruppenarbeit im Allgemeinen eingegangen werden. So kann ein besserer Bezug zur Sozialen Arbeit und musikalischen

Gruppenimprovisation hergestellt werden. Anschließend wird die Gruppenimprovisation im genaueren definiert und dargestellt. Dem nachstehend werden die Auswirkungen von Gruppenimprovisation, zum einen auf den Gruppenprozess, zum anderen auf Traumatisierung erläutert.

5.1. Soziale Gruppenarbeit

Bei der Sozialen Gruppenarbeit handelt es sich um eine Maßnahme der ambulanten Hilfe zur Erziehung. Sie bildet neben der Einzelfallhilfe und Gemeinwesenarbeit eine der klassischen Methoden der Sozialen Arbeit. Durch diese gruppenpädagogische Methode sollen unter anderem Verhaltensproblemen und Entwicklungsschwierigkeiten entgegengesteuert werden. Dabei soll die Gruppe in einem professionellen Rahmen, Ort und Medium von Unterstützung und Hilfe sein. Sie soll in Erziehungs- und Bildungsprozessen unterstützen. Man findet sie unter § 29 Artikel 1 SGB VIII Soziale Gruppenarbeit: *„Die Teilnahme an Sozialer Gruppenarbeit soll älteren Kindern und Jugendlichen bei der Überwindung von Entwicklungsschwierigkeiten und Verhaltensprobleme helfen. Soziale Gruppenarbeit soll auf der Grundlage eines gruppenpädagogischen Konzepts die Entwicklung älterer Kinder und Jugendlicher durch soziales Lernen in der Gruppe fördern.“* (Bundesministerium der Justiz 2023, Internetquelle [2]) In den meisten Formen und Praxisfeldern der Sozialen Arbeit spielt die Soziale Gruppenarbeit eine Rolle. Viele der Angebote, nicht nur in der Kinder- und Jugendhilfe, finden in Gruppensettings statt. Daher gilt die Soziale Gruppenarbeit als eine systematisch-grundlegende Form in der Sozialen Arbeit. In einer professionellen Umgebung mit entsprechenden Fachkräften, können sich Kinder und Jugendliche durch die soziale Gruppe weiterentwickeln, reifen, an sich wachsen, heilen und neue Beziehungen oder Ressourcen bilden. (vgl. Behnisch, Maierhofer 2020, Internetquelle)

Die Soziale Gruppenarbeit gilt als eine aktive Tätigkeit, gemeinsam mit der Gruppe. Dabei ist sie zielgerichtet und kann in unterschiedlichen Formen, Phasen und Feldern der Sozialen Arbeit angewandt werden. Die Soziale Gruppenarbeit wird als Ort gesehen, an dem die soziale Gemeinschaft sowie die Entwicklung von Beziehungsfähigkeiten gefördert wird. Sie schafft Zugehörigkeit und keine Ausgrenzung, zu dem vertritt sie die Interessen der Teilnehmer*innen durch Teilhabe am Gruppengeschehen. (vgl. Simon, Wendt 2019, S. 108-109)

Bei Gruppen handelt es sich um Orte sozialer Systeme. Sie können dabei ein Bezugssystem, soziale Lernprozesse, Handlungsspielraum, oder ein Ort von Konflikten und Findungsprozessen sein. So muss eine Gruppe bestimmte Eigenschaften erfüllen, um als soziale Gruppe gelten zu können. Es muss innerhalb der Gemeinschaft zu direkten Interaktionen kommen, sozusagen Angesicht zu Angesicht. Hier sollte auch eine bestimmte physische Nähe unter den Mitgliedern herrschen. Die Mitglieder sollen ein *Wir-Gefühl* empfinden. Das bedeutet, dass sich die Personen innerhalb der Gruppe auch als eine solche sehen und sich mit dieser identifizieren können. Die Gruppe sollte gemeinsame Normen und Werte definieren und zudem ein Ziel festlegen, welches sie gemeinsam erreichen wollen. Dies wird als Grundlage weiterer Interaktions- und Kommunikationsprozesse gewertet. Im Verlaufe des Gruppenprozesses, damit ist die Abfolge von Verhalten und Tätigkeiten in der Gemeinschaft gemeint, sollte es zu einer Rollendifferenzierung der Mitglieder kommen. Hierbei findet jedes Mitglied seine Aufgaben und Platz in der Gruppe. Zudem kommt es zu einer gegenseitigen Beeinflussung des Handelns und Verhalten der einzelnen Personen durch andere Gruppenmitglieder. Die Ziele der Gruppen können vielfältig ausgerichtet sein, wie auch die Ziele der Sozialen Arbeit. Dabei kann es sich um Freizeitgestaltung, Einflussnahme auf Verhaltensäußerungen beziehungsweise Verhaltensmodifikation handeln, aber auch die Bearbeitung von Wertesystemen, Entwicklungs- und Beziehungsförderung, Vermittlung von Wissen oder die Kompetenzerweiterung und Befähigung in der Hilfe zur Selbsthilfe sowie dem Erarbeiten und Erfahren von Ressourcen handeln. (vgl. Simon, Wendt 2019, S. 44 ff.)

Die Soziale Gruppenarbeit baut sich auf vier Dimensionen auf. Bei der ersten handelt es sich dabei um die individuelle Entwicklung und Individualität des Subjektes. Hierbei geht es darum, durch soziale Gruppenarbeit zu Eigeninitiative und subjektiver Entwicklung beizutragen. Dabei soll die Gruppe Spielort für moderierte Konflikte sein, um so Selbstwirksamkeit innerhalb und mit Reaktionen der Gruppe zu erfahren. Diese sozialpädagogische Handlungsform ermöglicht es, dass die einzelnen Mitglieder Resonanz auf ihr Verhalten erfahren und Individualität, Anerkennung und Selbstwirksamkeit ausgebildet werden. In der zweiten Dimension geht es um die sozialen Beziehungen sowie Interaktionen und Dynamiken im Gruppengeschehen. Entfalten sich die Kräfte der sozialen Gruppe nicht richtig, kann sich auch das Individuum nicht komplett und nach den Zielen der Sozialen Arbeit entwickeln. Das Rührt daher, dass die

Subjektivität ihre Kraft und Resonanz im Gruppengefüge findet. In der dritten Dimension stehen nicht mehr nur die Entwicklung der Mitglieder und gruppenspezifischen Beziehungen, sondern auch die Sach- und Inhaltsaspekte im Vordergrund. Die Soziale Gruppenarbeit verfolgt Ziele und Inhalte, welche in den pädagogischen Kontext mit eingebunden sind. Diese können zum Beispiel sein: Lerninhalte für die Bildungsarbeit, Planung einer Freizeitaktivität, Konflikte zu lösen oder zu moderieren sowie unterstützende Aufgaben zur Bildung von Gruppendynamiken. Bei der vierten Dimension handelt es sich um den Kontext, welcher die Gruppe umgibt. Dabei handelt es sich um: Anforderungen im kulturellen Sinne, ökonomische und Finanzielle Rahmenbedingungen, Regeln, Settings, Kooperationen der Institutionen, gesellschaftliche Einflüsse sowie Mentalitäten. Diese Faktoren bilden den Hintergrund, der das pädagogische Arbeiten innerhalb der Sozialen Gruppenarbeit erst möglich macht. Für das Zusammenspiel von einzelnen Personen und interagierenden Beziehungsmustern, sind die verschiedenen Settings ein bedeutender Faktor. Auf das prozessuale Geschehen kann dieser einen erheblichen Einfluss haben. Zu beobachten ist dabei auch ein Wechselspiel zwischen den Mitgliedern als Gruppe und der Sozialen Gruppenarbeit. Die Gruppe als solches bleibt in der Mitwirkung und in Gestaltungsaspekten handlungsfähig und die Soziale Gruppenarbeit kann daraus Inhaltsaufgaben erarbeiten, welche im Sinne von Entwicklung und Emanzipation in der Praxis gelten. Die hierbenannten vier Dimensionen sind im Prozess der Sozialen Gruppenarbeit gleichermaßen bedeutsam. Die Gruppe wird dabei als Ort individueller, aber auch sozialer Reifung angesehen. Dabei fördert sie Soziale Beziehungen, persönliche Entwicklung, Kooperationen und Auseinandersetzungen mit sich selbst sowie dem Auseinandersetzen mit Konfliktsituationen. (vgl. Behnisch, Maierhofer 2020, Internetquelle)

5.2. Was ist Gruppenimprovisation

Beim Improvisieren wird Musik gleichzeitig „erfunden“ und gespielt. Dabei steht zumeist das formlose Musizieren im Vordergrund. Hier können die Musiker*innen ihrer Fantasie, Eingebungen nachgehen und ohne drohende Folgen ausprobieren. Bei der Gruppenimprovisation erfolgt das Musizieren mit mehreren Personen, also betrachtet im Kontext der Sozialen Arbeit, in einer Sozialen Gruppe. (vgl. Kapteina 1988, S. 2)

Die Gruppenimprovisation kann als ein sogenanntes Stegreifspiel betrachtet werden. Da das Musizieren meist spontan aus dem Moment heraus aufgebaut wird. Die Improvisation unterscheidet sich insoweit von einer Komposition, da sie keinen konkreten Regeln und Normen unterliegt und oftmals nicht wiederholbar oder nicht zu 100% wiederholbar ist. Die Gruppenimprovisation setzt sich daher mit der Fantasie, Impulsivität und Eingebungen auseinander. Durch ihre starke Prozessorientiertheit muss sie sich nicht dringend an anfänglich vorgegebene Regeln halten, sondern kann sich selbstständig, passend für den Moment entwickeln. Die sozialen Prozesse der Gruppe stehen durch die Prozessorientiertheit immer im Vordergrund. Dabei kann es sich zum Beispiel um die Gruppenphasen handeln, auf welche im nachfolgenden Punkt 5.3. genauer eingegangen wird. Trotz der sehr offenen und freien Struktur der Gruppenimprovisation, braucht es einen leichten Rahmen und Form. So können die Gruppenmitglieder sich leichter orientieren und ein gemeinsames Spielen finden. Andererseits kann es ohne grundlegende Form, zu einer Art Überforderung der Gruppenmitglieder kommen. Sie wissen nicht, wer was spielen soll, wer wann anfangen möchte und die Kreative Phase kann infolgedessen kippen. (vgl. Allemann 2016, S. 24)

Es ist jedoch für den Gruppenprozess unbedingt notwendig die Form oder den Rahmen gemeinsam mit den Gruppenmitgliedern zu vereinbaren. Entschieden werden könnte:

- nur im Vorherein ausgewählte Instrumente zu verwenden
- nur in einer vereinbarten Tonalität, Lautstärke zu musizieren
- eine Zeitbegrenzung für die Improvisation festzulegen
- dass bestimmte Verhaltensweisen befolgt werden sollten, zum Beispiel Führen oder zu Folgen
- während gespielt wird, wird es unterlassen zu sprechen und andersherum. (vgl. Kapteina 1988, S. 3)

Andere „Regeln“ können die Mitglieder, für sich als einzelne Person bestimmen. Zum Beispiel: „ich höre nur zu, wenn ich mich Mitteilen möchte spiele ich auch.“ Der Ablauf der Gruppenimprovisation umfasst meist vier Phasen. Zum einen die *Experimentierphase*. Bei dieser machen sich die Mitglieder der Gruppe zunächst mit den Instrumenten vertraut, probieren diese gegebenenfalls kurz aus und entscheiden sich mit welchem sie beginnen möchten. Die Instrumente können während des Improvisierens jedoch wieder gewechselt und ausgetauscht werden. Oft an zweiter Stelle steht die *Besinnungsphase*. Während dieser wird die zuvor schon beschriebene Form,

beziehungsweise der Rahmen der Improvisation, gemeinsam von den Beteiligten grundlegend festgelegt. Die Phasen des Experimentierens und der Besinnung, können jedoch auch in anderer Reihenfolge stehen. An dritter Stelle beginnt die Phase des Musizierens. Bei welcher die Gruppenimprovisation, nach der vorher vereinbarten Form, praktisch umgesetzt wird. Diese Phase kann sich beliebig oft wiederholen. Ihr angeschlossen ist die Reflexionsphase. In dieser haben die Beteiligten die Möglichkeit, sich über das musikalische Erlebnis auszutauschen. (vgl. Kapteina 1988, S. 3)

Um das Musikverständnis innerhalb der Gruppe zu verbessern, können die nun folgenden Grundregeln gelten.

- Alle Töne sind gültig ob vorhanden oder nicht
- Jeder Ton oder Tonfolge ist genauso gut wie jeder andere
- Jede*r Musiker*in ist genauso gut wie jede*r andere
- Jede Improvisation ist so gut wie die zuvor
- Expertentum und Wertevorstellungen von Musik sind nicht bedeutend (vgl. Kapteina 1988, S. 2)

Dadurch, dass traditionelle Normen außer Kraft gesetzt werden, wird die Improvisation nicht wiederholbar oder in Stücke zerlegbar. Sie ist keine Arbeit oder Lernstoff, auch gibt es keinen Prüfungsdruck. Die Musik und das Musizieren werden zu einem einmaligen Erlebnis, für welches die Mitglieder der Gruppe gemeinsam verantwortlich sind und welches sie zusammen erlebbar gemacht haben werden. Bei welchem zum Beispiel Taten und Kreativität mehr Einfluss und Bedeutung haben als Worte und theoretische Planung. (vgl. Kapteina 1988, S. 2-3)

Die Gruppenimprovisation kann so als eine sehr wichtige Methode der musikalischen Praxis der Sozialen Arbeit dargestellt werden. Gründe, um diese Aussage zu unterstützen, sind unter anderem:

- Bei der Auswahl der Instrumente können unter anderem Schlaginstrumente gewählt werden, welche von den allermeisten Personen ohne vorherige Grundkenntnisse spielbar sind.
- Der kleine und besonders von den Beteiligten festgelegte Rahmen der Gruppenimprovisation, bietet den Mitgliedern viele künstlerische und kreative Freiheiten.
- Es gibt keinen Prüfungs- oder Leistungsdruck im Musizieren.

- Die Gruppe muss gemeinsam interagieren, eine zusammen erarbeitete Form erstellen und beim Spielen aufeinander achten. (vgl. Allemann 2016, S. 25)

Zudem benötigt es, von Seiten der Beteiligten, kein Grundwissen in Musiktheorie. Auch die Fähigkeit ein Instrument spielen zu können, ist nicht notwendig. Es wird davon ausgegangen, dass ein jeder Mensch dazu fähig ist, sich mit Klängen oder Geräuschen ausdrücken zu können. Auch die leitende Person braucht nicht dringend musiktheoretisches Wissen. Es ist jedoch sehr ratsam, dass die Leitung bereits Erfahrungen mit Improvisationen hat, vertraut mit den Instrumenten ist und grundlegende musikalische Phänomene erläutern kann, um eventuell auftauchende Fragen von den Beteiligten erläutern zu können. (vgl. Allemann 2016, S. 25)

5.3. Auswirkung von Gruppenimprovisation

Gruppenimprovisation ermöglicht den Beteiligten ganzheitliches Lernen mit sowie durch musikalische Mittel. Ideen, Gedanken und auch Vorstellungen können praktisch, durch auseinandersetzen mit dem Instrument, ohne drohende Konsequenzen ausprobiert werden. Die körperlichen Grenzen und Möglichkeiten der Gruppenmitglieder können durch Aktionen des Spielens und Hörens, in einem sicheren Rahmen erprobt und reflektiert werden. Dabei entsteht ein Bedürfnis von Verständnis für das Erlebte. Einzelne Töne und musikalische Ereignisse werden nicht als störend oder unpassend betrachtet, sondern werden in den Prozess des Improvisierens aufgenommen und als Ganzes betrachtet. Die Kinder und Jugendlichen lernen sich dadurch ganzheitlich zu betrachten. Sie können sich durch Klänge wie Laute ausdrücken und durch ein improvisiertes Musikstück ihre Persönlichkeit oder ihr Leben darstellen, reflektieren und erfahren. Eine leichte spielerische Melodie könnte beispielsweise für eine schöne und glückliche Erinnerung stehen, während eine eher traurige und tiefe Sequenz, eine Krankheit oder traumatische Erfahrung verkörpern kann. (vgl. Kapteina 1988, S. 6)

So fördert das gemeinsame Musizieren, die eigene Person und die dazu gehörende Geschichte, bewusster wahrzunehmen. Die emotionale Intelligenz und somit die Fähigkeit seine eigenen Bedürfnisse, Stimmungen, Gefühle sowie die Bedürfnisse anderer Personen zu verstehen und wahrzunehmen, kann durch die musikalische Gruppenimprovisation gestärkt werden. Durch das Musizieren werden die eigenen Handlungen und Gedanken meist gespiegelt. Mit einer bestimmten Distanz werden diese

erkennbar und so wahrnehmbar für die Beteiligten der Improvisation. Es werden Erkenntnis- und Selbstreflexionsprozesse angekurbelt. Dies geschieht, da der Mensch durch das Spielen der Instrumente, unter anderem die Schwingungen körperlich wahrnimmt. Die Beteiligten lernen ihren Körper und damit sich selbst bewusst wahrzunehmen. Bestimmte Lautstärken, Melodien oder Dissonanzen (Klänge welche von Menschen als reibend oder nicht zusammenpassend empfunden werden) können eine aktivierende Wirkung aufweisen. Dies kann sich im spontanen Tanzen oder Singen äußern. Körperliche Stimulierungen können Blockaden lösen, Aufmerksamkeit steigern und Gefühlsansammlungen lösen und ins Fließen bringen. Es wirkt dabei entlastend und befreiend. (vgl. Allemann 2016, S. 29 ff.) Das die Emotionale Intelligenz gefördert wird, wäre auch daran zu sehen, dass wenn eine Person innerhalb des Gruppengefüges benachteiligt wird, zum Beispiel durch das nicht mitspielen dürfen, diese Person eine Ungerechtigkeit erkennt und versucht, diese Empfindung zu zeigen. Zudem lernen die Beteiligten sich in ihre Mitmenschen hineinzusetzen und diese auf andere Art und Weise zu verstehen. Sie lernen angemessen auf unter anderem Zurückhaltung oder Traurigkeit zu reagieren und mit diesen Emotionen umzugehen. (vgl. Jander 2020, S. 80)

Auf das Selbstwertgefühl und die Akzeptanz der eigenen Person kann die Gruppenimprovisation einen positiven Einfluss haben. Die Beteiligten, wobei es sich in dieser Arbeit um Kinder und Jugendliche handelt, können ihren Persönlichen Klang entdecken, welcher ihnen als eigenständige Personen Ausdruck verleiht. Dies kann man zum Beispiel bei Professionellen Musiker*innen erkennen. Sie finden einen unverkennbaren Stil, beziehungsweise eine eigene Sprache über die Musik, mit welcher sie sich ausdrücken können. Sie stiftet Identität. Wie bereits beschrieben trägt Musik in der Entwicklung von Kindern und Jugendlichen eine wichtige Rolle. Sie unterstützt dabei die Identitätsentwicklung. Beim gemeinsamen Musizieren der Teilnehmer*innen, kann ein bestimmtes, für sie passendes Lebensgefühl entstehen, welches ihnen zeigt, welcher Gruppe und Rolle sie sich zugehörig fühlen. Durch das Musizieren können sie dieses nach außen tragen und sich damit identifizieren. Dieser eigenständig kreierte Klang, kann zu ihrem Erkennungszeichen werden. Das Musizieren befähigt dazu, sich mit alten und neuen Lebensabschnitten zu identifizieren, indem über beide Seiten reflektiert wird und Teile aus beiden Abschnitten musikalisch dargestellt und miteinander verbunden werden. Altes und Neues hat nebeneinander Platz, es kann damit abgeschlossen und zu einem neuen Identitätsgefühl werden. (vgl. Allemann 2016, S. 31)

Darüber hinaus wird die Kommunikation als Kompetenz gestärkt. Während des musikalischen Improvisierens antworten die Teilnehmer*innen den individuellen Klängen auf nonverbale, jedoch klangliche Art und Weise. Während des gemeinsamen Musizierens kommt es zu gegenseitigen Abstimmungen. Wer spielt was und wann setzt wer ein? Während des musikalischen Prozesses muss untereinander verhandelt werden, ohne jedoch die Improvisation zu unterbrechen oder zu stören. Demzufolge müssen die Kinder und Jugendlichen neue Kommunikationsmittel und Wege finden, um sich innerhalb der Gruppe abzusprechen. Hierfür kann das Instrument selbst verwendet werden, indem bei zum Beispiel nicht richtig gelungener Kommunikation, etwas lauter und härter gespielt wird oder, wenn jemand sein Spiel ankündigen möchte, zuvor ein sacher nur leicht auffällender Ton zur Ankündigung gespielt wird. Diese gelungene oder weniger gelungene Kommunikation, kann dann in einem reflektierenden Gespräch der Gruppe nach der Improvisation besprochen und gegebenenfalls verbessert und geändert werden. (vgl. Jander 2020, S. 79-80)

Mit Hilfe der musikalischen Gruppenimprovisation ist es möglich, die Kreativität der Teilnehmer*innen zu fördern und zu stärken. Diese Fähigkeit kann in den unterschiedlichsten Situationen hilfreich werden. Ein hohes Maß an Kreativität unterstützt dabei mit schwierigen Situationen umzugehen, sie abzuwenden oder die eigenen Problemlösungskompetenzen zu verbessern. Bei der musikalischen Gruppenimprovisation wird in einem geschützten Raum mit unterschiedlichen Vorgehensweisen experimentiert. Dabei muss mit keinen drohenden Konsequenzen gerechnet werden. Die Kinder und Jugendlichen können durch eigens durchgeführte Klänge, Rhythmen oder Laute erfahren und beobachten, welche Auswirkungen diese auf die Gruppe, einzelne Gruppenmitglieder sowie auf das eigene Selbst haben. Es wird ein Spielraum zur Entwicklung, zum Experimentieren und zur Förderung der Kreativität hergestellt. (vgl. Allemann 2016, S. 32)

In der Zeit während des Improvisierens, nehmen die Kinder und Jugendlichen die Komplexität von Musik und dessen Systemen wahr. Sie können die Veränderungen während des Prozesses in Echtzeit erkennen und verfolgen. Probleme, Vorurteile und Verbesserungsvorschläge können nach der Improvisation gemeinsam besprochen, diskutiert und auch hinterfragt werden. Während des Musizierens kommt es zu einem ständigen Wechsel zwischen Kommunizieren, eigenem Handeln in Form vom Musizieren, Zuhören, Konzentration und Wahrnehmung. Dadurch können die Beteiligten

neue Handlungsmuster und Möglichkeiten erforschen und jene der anderen Personen besser nachvollziehen. Das eigene Handlungsrepertoire wird erweitert. Für diese Art des Handelns, benötigt es ein hohes Maß an Selbstorganisation und die Fähigkeit zur Kooperation mit anderen Personen. Die Kinder und Jugendlichen treffen Entscheidungen, wie sie in der Gruppe arbeiten möchten und müssen diese Rollen repräsentieren und umsetzen. Hierbei lernen die Teilnehmer*innen Verantwortung für ihr eigenes musikalisches wie auch soziales Handeln zu übernehmen. Sie lernen auch bewusst gemeinsam, innerhalb der Gruppe zu interagieren und unter anderem ihre Instrumente bewusst einzusetzen. Dadurch kann eine Stärkung der eigenen Wirksamkeit geboten werden. Die musikalische Gruppenimprovisation bietet so Raum zur Partizipation der beteiligten Kinder und Jugendlichen. (vgl. Jander 2020, S. 81-82)

5.3.1. Auf Gruppendynamik, Gruppenprozesse

Um zu betrachten welche Auswirkungen die musikalische Gruppenimprovisation auf Gruppenprozesse und Dynamiken hat, sollte zunächst darauf eingegangen werden, welche genau es in Gruppen gibt.

Man kann zwei verschiedene Arten von Gruppendynamiken unterscheiden. Zum Ersten Intra-Gruppendynamik. Dazu zählen die Veränderung von Prozessen innerhalb der Gruppe, wie zum Beispiel der Zusammenhalt im Team sowie die Veränderung von Strukturen. Hierzu zählt zum Beispiel, wer ein oder wer kein Mitglied der Gruppe ist. Dabei sind Strukturen und Prozesse eng miteinander verbunden. Veränderungen der Gruppenstruktur, beispielsweise durch das Entfernen von Mitgliedern und indem neue Mitglieder hinzukommen, verändern auch Prozesse innerhalb der Gruppe, wie die Zusammenarbeit oder das Konfliktpotenzial. Eine mögliche Ursache dafür ist, dass sich die neuen Teilnehmer*innen der Gruppe ausgeschlossen fühlen oder die älteren Teilnehmer*innen wütend sind, weil Teammitglieder gegangen sind. Entscheidend jedoch ist es, dass sich die Gruppe, bei den Intra-Gruppendynamiken, von innen selbst beeinflusst. An zweiter Stelle stehen die Inter-Gruppendynamiken. Diese Dynamiken spielen sich zwischen zwei verschiedenen Gruppen ab. Hierfür ist der Wettbewerbsgedanke zwischen zwei Teams ein Beispiel. Dieser kann die einzelnen Gruppen zu höheren Leistungen befähigen, kann jedoch auch Konflikte zwischen den Teams hervorrufen. Bei den Gruppenprozessen handelt es sich um die gegenseitige

Beeinflussung der Teilnehmer*innen innerhalb der Gruppe. Einige dieser Prozesse wurden bereits in Punkt 5.1. angesprochen. Zusammenfassend kann man folgende Punkte als Gruppenprozesse aufführen:

- ➔ die Herausbildung der eigenen sozialen Rolle, der jeweiligen Gruppenmitglieder
- ➔ die Entstehung von Zusammenhalt (Wir-Gefühl)
- ➔ Bildung von Regeln und sozialen Normen
- ➔ Gegenseitiges Lernen durch Austausch von Wissen und Informationen
- ➔ Gemeinsame Entscheidungen
- ➔ Aufbau kollektiver Wirksamkeit, der Glaube Herausforderungen und Aufgaben gemeinsam als Team zu meistern
- ➔ Entwickeln eines gemeinsamen Ziels und dessen Erreichung (vgl. Becker 2023, Internetquelle)

Während der musikalischen Gruppenimprovisation müssen von den Teilnehmer*innen verschiedene Rollen eingenommen werden. Hierbei werden zu Beginn der Improvisation die Rollen *Warten*, *Führen* und *Folgen* durchlebt. Bei jeder dieser Rollen werden unterschiedliche Fähigkeiten von den einnehmenden Personen abverlangt. Die Rolle der *führenden Person* fördert hierbei den Selbstwert und die Selbstakzeptanz. Diese Person übernimmt die Verantwortung für die grundlegende Idee durch Vorgabe einer Melodie oder eines Rhythmus. Zudem muss auf neue Impulse der anderen Gruppenmitglieder geachtet und diese mit eingebaut werden. Es kann so geübt und erlernt werden, Verantwortung für sein eigenes Handeln zu übernehmen und Überzeugungskraft zu trainieren. Die Rolle der *folgenden Person* verlangt von den Beteiligten eine hohe Konzentration und Aufmerksamkeit während des Musizierens, da sie sich den Anweisungen der führenden Person etwas anpassen sollten. Es soll eine gemeinsame musikalische Improvisation gelingen und kein verwirrendes Durcheinander. So wird die Wahrnehmung und der Umgang mit leitenden Persönlichkeiten erlernt. Durch die Position der *wartenden Person*, werden Fähigkeiten wie Geduld und Selbstkontrolle gefördert, da die Beteiligten sich mit ihren Impulsen zurückhalten sollten. Zudem wird die Ressource der Reflektionsfähigkeit gefördert, da diese Personen den genauen Ablauf beobachten können und so erkennen, welche Potenziale genutzt wurden und welche unerkannt geblieben sind. (vgl. Allemann 2016, S. 31-32)

Auch auf den Zusammenhalt, die kollektive Wirksamkeit und das Erreichen eines gemeinsam aufgestellten Ziels, kann die musikalische Gruppenimprovisation positiven Einfluss nehmen. Der Bezug zur Musik und der Freude am Musizieren bringt die Gruppenmitglieder näher zusammen. Sie streben gemeinsam nach einem Ziel. Um dieses zu erreichen, wird ein harmonisches Miteinander angestrebt. In der Improvisation kann man dies gut am gemeinsamen Rhythmus erkennen. Anfangs besteht in der Gruppe noch eine gewisse Unruhe. Die Mitglieder musizieren noch allein, da sie noch kein Ziel vor Augen haben. Ist dieses jedoch formuliert, kann beobachtet werden, dass sich aus einem anfänglichen Chaos und Durcheinander, ein gemeinsamer Rhythmus entwickelt. Die Teilnehmer*innen achten aufeinander, nehmen Rücksicht auf die Gruppenmitglieder und sie hören einander zu. Veränderungen im Tempo, der Tonalität oder auch Lautstärke werden kollektiv übernommen und umgesetzt. (vgl. Allemann 2016, S. 32)

Die Bildung und Entwicklung der Gruppenphasen, welche zu einem gelingenden Gruppenprozess gehören, können von der musikalischen Gruppenimprovisation beeinflusst und gefördert werden. Zu Beginn steht hier immer die Phase des *Formings* oder auch Formierung. In dieser kommt die Gruppe zum ersten Mal zusammen. Die einzelnen Teilnehmer*innen lernen sich kennen. Die Gruppenmitglieder nehmen sich erstmals als eine Gruppe wahr und orientieren sich in dieser. Hierbei kommt es zu Vorstellungsrunden, dies gibt den Kindern und Jugendlichen die Möglichkeit, etwas über sich mitzuteilen. Am Beispiel einer geplanten musikalischen Improvisation, könnten hier zu allgemeinen Informationen noch Lieblingslieder oder ob man selbst musiziert ergänzt werden. So können bereits Gemeinsamkeiten in Bezug auf Musik und Musikalität gefunden werden. Es kann auf diese Weise eine lockere und offene Atmosphäre entstehen, welche zu Gesprächen anregt. (vgl. Franken 2019, S. 175-176) Bei der zweiten Phase handelt es sich um das *Storming*, beziehungsweise die Konfliktphase. Dabei werden Rollen innerhalb der Gruppe von den einzelnen Mitgliedern angenommen oder verteilt. Jedes Individuum hat unterschiedliche Verhaltensweisen, welche sie bei der Rollenfindung beeinflussen. Dabei kann es passieren, dass Konflikte entstehen, wenn andere Mitglieder nicht mit dieser Rollenverteilung übereinstimmen. Diese Phase kann durch eine erste Improvisationsübung unterstützt werden. Dabei müssen die Teilnehmer*innen die bereits beschriebenen Rollen führen, folgen und warten einnehmen, um so zu erkennen, in welcher Rolle sie sich in der Gruppe am wohlsten fühlen. Die Beteiligten können durch erste Bekanntmachung mit den vorhandenen

Instrumenten etwaige Stärken und Schwächen wahrnehmen und sich so leichter einer Rolle in der Gruppe zugehörig fühlen. Sollte es dabei zu stärkeren Konflikten kommen, ist es wichtig, stets einen respektvollen und offenen Umgang zu wahren, um den bestmöglichen Abschluss dieser Phase zu gewährleisten. Es ist wichtig, dass die Phase des Stormings bis zur dritten Phase abgeschlossen ist, damit nicht durch unausgesprochene Rollenverteilungen und Konflikte, das folgende Arbeitsklima innerhalb der Gruppe verschlechtert wird. (vgl. Franken 2019, S. 175-176) Bei der dritten Gruppenphase handelt es sich um das *Norming*. Während dieser Phase werden Fragen geklärt wie: Was ist unser Ziel? Wie wollen wir gemeinsam arbeiten? Welche Regeln gibt es in der Gruppe? Welche Erwartungen gibt es? Durch das Diskutieren und Beantworten dieser Fragen entsteht eine Gruppenidentität, das Wir-Gefühl oder auch ein Zusammengehörigkeitsgefühl. Die Rollenverteilungen werden akzeptiert und ein gemeinsam zu erreichendes Ziel erarbeitet. Diese Ergebnisse können zusammengetragen und verschriftlicht werden, um diese immer gemeinsam vor Augen zu haben. (vgl. Franken 2019, S. 175-176) Hiernach beginnt das *Performing* oder die Arbeitsphase. Die Gruppe arbeitet gemeinsam am Erreichen ihres Ziels. Abhängig von der Zielsetzung, kann diese Phase unterschiedlich lange andauern. Im Falle der musikalischen Gruppenimprovisation handelt es sich dabei um das gemeinsame Improvisieren und Reflektieren des entstandenen Stückes. Hierbei entwickeln sich Gruppennormen und gegebenenfalls Rituale, welche zum Beispiel vor der Bearbeitung des Ziels umgesetzt werden. Am Anfang der Gruppenarbeit einen Lieblingssong von einem der Gruppenmitglieder zu hören, ist solch ein mögliches Ritual. Dadurch kann sich eine Gruppenkultur und somit ein noch stärkerer Gruppenzusammenhalt entwickeln, da sich die Mitglieder durch die Musik stärker verbunden fühlen. Es ist jedoch wichtig, dass die einzelnen Mitglieder immer respektvoll miteinander kommunizieren. Auch wenn ihnen ein Lied nicht gefällt, sollte dies immer konstruktiv ausgedrückt werden. Kommunikation, Austausch und Feedback, sind in dieser Phase essenziell, um die Energien der Gruppe bestmöglich zu entfalten. (vgl. Franken 2019, S. 176) Als fünfte und letzte Phase steht nun das *Adjourning*, die Auflösung. Hier werden die Ergebnisse des gemeinsamen Arbeitens zusammengefasst. Die Gruppe kann sich konstruktives Feedback geben und die Arbeit der einzelnen sollte gewürdigt werden. Am Ende des gemeinsamen Arbeitens, können die entwickelten und geförderten Stärken der Teilnehmer*innen besprochen und wenn gewünscht, ausgewertet werden. Die Reihenfolge der Phasen ist

jedoch nicht bei jeder Gruppe gleich. Zum Beispiel können Gruppen durch starke Konflikte, durch dazukommen oder entfallen eines Gruppenmitglieds, von der Arbeitsphase wieder in die Phase des Stormings geraten und so an dieser Stelle neu beginnen. (vgl. Franken 2019, S. 176-177)

Ein gelingender Beziehungsaufbau, gehört neben den bereits genannten, auch zu den entstehenden Prozessen innerhalb der Gruppe. Durch die Musik und die Möglichkeit Gefühle über die vorhandenen Instrumente auszudrücken, ist eine sanfte Art und Weise möglich, Kontakt mit den Gruppenmitgliedern aufzunehmen. Die Musik wirkt hier als eine Art Bindeglied, welches die allermeisten Menschen verstehen können. Sensible Ängste, Empfindungen und Gefühle können nonverbal ausgedrückt und verstanden werden. Das Medium Musik verbindet die Gruppe und dessen Mitglieder und macht es so möglich mit ihnen Kontakt aufzunehmen, auch wenn es sich um eher schüchterne Personen handelt. Sie hilft Nähe und Distanz besser zu regulieren. Körperliche Befindlichkeiten, Ärger, Wut oder Freude können in der Improvisation unmittelbar spürbar gemacht werden, ohne andere durch Worte zu verletzen. Verfestigung und Abschottung können sacht und erheblich bearbeitet werden. Einerseits sanft, weil in den Botschaften der Musik keine Eindeutigkeit liegt und diese Interpretationsräume in einem geschützten Umfeld stattfinden. Auf der anderen Seite erheblich, da die emotionale Botschaft gezielt übermittelt werden kann. So ist es möglich, gleichzeitig niemanden direkt in das Wort zu fallen, dabei jedoch nicht überhört zu werden. Die Augen können geschlossen werden, die Ohren hingegen hören immer. (vgl. Allemann 2016, S 33)

Die musikalische Gruppenimprovisation durchbricht standardisierte Regeln und Normen. Sie bildet aus bereits vorhandenem etwas Neues oder entwickelt grundlegend etwas Neues. Einschränkungen und Grenzen werden hinterfragt und aufgebrochen. Die musikalische Gruppenimprovisation steht für das Kraftspiel zwischen Menschen und vorgegebenen Strukturen. Diese können mithilfe der Improvisation von den Teilnehmer*innen erprobt und in geschütztem Raum ausgetestet werden. Dadurch können Ressourcen gefördert werden, welche unter anderem auch den Veränderungsoptimismus anregen und positiv beeinflussen. (vgl. Allemann 2016, S. 34)

5.3.2. Auf Traumatisierung

Wie wirkt sich also nun das Musizieren, im speziellen die musikalische Gruppenimprovisation auf traumatisierte Kinder und Jugendlichen aus? Um dies genauer zu erläutern, schaut man zurück auf unter anderem die Symptome und Folgen einer Traumatisierung. Wie bereits in Kapitel 2.3. beschrieben, können sich die Betroffenen einer oder mehrerer traumatischer Erfahrungen oftmals nicht genau an das Erlebte erinnern. Das Geschehene zu beschreiben oder auch nur in Worte zu fassen, fällt oftmals sehr schwer. Die Betroffenen haben meist mit einem Mangel an selbstregulierendem Verhalten zu kämpfen, was zu einer geringen Impuls- und Affektregulierung führt. Dies spiegelt sich unter anderem in Aufmerksamkeitsproblematiken und Gefühlsausbrüchen wider. Die Kinder und Jugendlichen, welche von traumatischen Erfahrungen geprägt sind, besitzen oftmals eine gestörte Selbstwahrnehmung. Daher haben sie das Gefühl wertlos zu sein, sind von Scham und Versagensängsten geprägt und es fällt ihnen schwer, soziale Beziehungen aufzubauen, beziehungsweise diese zu erhalten. Die Betroffenen leben in einer ständigen Ungewissheit, ob sie anderen Personen vertrauen können und ob diese verlässlich sind.

Ziel des traumapädagogischen Arbeitens mit der musikalischen Gruppenimprovisation ist es unter anderem, diese Folgen und Symptome abzubauen. Aus Punkt 3.1. sowie 3.2. geht hervor, dass es Auftrag der traumapädagogischen Arbeit mit Kindern und Jugendlichen ist, diese in ihren jeweiligen Lebenssituationen zu stabilisieren und Ressourcen zu fördern und zu aktivieren. Das Wachstum der kognitiven und emotionalen Persönlichkeitsentwicklung der Betroffenen soll unterstützt werden. Eine wichtige Ebene dieser Arbeit ist das Bieten eines sicheren Ortes. Dieser soll eine vertrauensvolle und sichere Umgebung für die Betroffenen schaffen. So sollen Selbstwirksamkeit, Selbstwert, und Vertrauen gefördert werden.

Diese Ziele können mit Hilfe der musikalischen Gruppenimprovisation erreicht werden. Das Erschaffen eines sicheren Ortes, ist ein wichtiges Ziel in der traumapädagogischen Arbeit und kann mit der musikalischen Gruppenimprovisation erreicht werden. Diese stellt einen regelmäßigen (über die Dauer des Projektes/soziale Gruppenarbeit) sicheren Ort, außerhalb des normalen Alltags dar. Das klare Abgrenzen vom alltäglichen ist hierbei wichtig, damit auch die Teilnehmer*innen sich abgrenzen können. Die Umgebung sollte dabei möglichst arm an Trigger auslösenden Reizen sein, damit die Kinder und

Jugendlichen lernen, sichere und unsichere Situationen voneinander abzugrenzen. Dabei sollte es sich um einen Ort der Wertschätzung und Aufgeschlossenheit allen Beteiligten gegenüber handeln. Das Musizieren, welches aktivierend für den Körper und Geist wirkt, hilft dabei, über den Körper Gefühle der Sicherheit auszulösen. Wenn sich eine Person sicher fühlt, werden Signale an das autonome Nervensystem gesendet, welche die betroffene Person beruhigen und Stress mindern. Das eigenständige Musizieren dient dabei als nonverbale Kommunikation und ermöglicht ein vereinfachtes in Kontakt treten. Durch die Gemeinschaft, welche das gemeinsame Interesse der Musik und des Musizierens vertritt, wird es möglich, Sicherheit, soziale Eingebundenheit und Zugehörigkeit zu spüren. Wichtig für das Kreieren des sicheren Ortes ist es, dass die musikalische Gruppenimprovisation im regelmäßigen Rahmen stattfindet, damit die Kinder und Jugendlichen dies in ihren Alltag übertragen können. (vgl. Reichinger 2019, S. 43-44) Die Förderung von regelmäßiger Entspannung der Teilnehmer*innen steht mit im Vordergrund der Arbeit. Musizieren sowie das Musizieren in der Gruppe wirken entspannend auf den Körper und Geist. Dazu tragen im Besonderen die sozialen Bindungen und Kohäsion, also die Fähigkeit, das Wohlergehen in der Gruppe zu sichern und Ungerechtigkeiten zu vermeiden. Durch das Musizieren können unausgesprochenen Gefühle und Stimmungen verarbeitet werden und zusätzlich zu einer geistigen und körperlichen Entspannung führen. (vgl. Reichinger 2019, S. 44-45)

Wie bereits in Punkt 5.3.1. beschrieben, werden bei der musikalischen Gruppenimprovisation verschiedene Rollen (Warten, Folgen, Führen) durchlebt. Für diese werden unterschiedliche Ressourcen von den Kindern und Jugendlichen abverlangt. Dabei kommt es auf Ausdauer und Konzentration an. Im Besonderen die Konzentration gilt es dabei in der traumapädagogischen Arbeit zu fördern.

Durch den gleichmäßigen Rhythmus, die Vibrationen und Klänge, welche von den Instrumenten abgegeben werden, empfinden die Teilnehmer*innen Gleichmäßigkeit. Diese zu erhalten und eine gelingende Improvisation zu erreichen, verlangt es viel Konzentration ab. Dabei lässt es keinen Raum für abschweifende Gedanken oder Ängste. (vgl. Reichinger 2019, S. 45) Ein gemindertem Selbstwertgefühl sowie Selbstwirksamkeit, sind wesentliche Folgen einer oder mehrerer traumatischer Erfahrungen. Diese zu fördern und neu aufzubauen, gilt es durch die traumapädagogische Arbeit. Wie in Punkt 5.3. bereits beschrieben, können die teilnehmenden Kinder und Jugendlichen ihre eigene Persönlichkeit durch das Musizieren entdecken. Dies kann durch das Ausprobieren und

Spielen der Instrumente geschehen. Während des Prozesses des Musizierens gelingt es den meisten Beteiligten ihren eigenen persönlichen Klang zu kreieren. Dieser kann als Erkennungszeichen der eigenen Persönlichkeit verwendet werden und so identitätsstiftend wirken.

Des Weiteren entstehen bereits durch leichte Berührungen, wie streicheln oder sanftes Klopfen Klänge und Geräusche, insbesondere bei einer Trommel zum Beispiel. Mit diesen Bewegungen ist bereits ein akustischer Reiz wahrnehmbar. Dieser Reiz ist jedoch nicht nur akustisch wahrnehmbar, sondern durch die Vibration des Instrumentes auch körperlich. Die Teilnehmer*innen erfahren direkt, dass sie selbstwirksam diesen Reiz ausgelöst haben. Verstärkt wird dieser Effekt, wenn man innerhalb einer Gruppe musiziert. Hierbei werden nicht nur eigen kreierte Signale gesendet, sondern auch die der anderen Personen empfangen, verarbeitet und verstanden. Es führt zu wechselseitiger Beeinflussung innerhalb der Gruppe. Diese kann unter anderem in Form von einem harmonischen Miteinander, also einem gleichbleibenden, gemeinsamen Rhythmus auftreten. Das ist ein Zeichen selbstbemächtigter, nonverbaler Kommunikation. Das gemeinsame Improvisieren eröffnet emotionales Erleben. Es ermöglicht, dass die Kinder und Jugendlichen sich an eigenständiges Handeln und Selbstwirksamkeit, in einem geschützten Rahmen herantasten können. (vgl. Reichinger 2019, S. 46-47)

Von Trauma betroffenen Personen sind meist von einem Mangel an selbstregulierendem Verhalten und damit einhergehenden Impuls- und Affektregulierungen betroffen. Diese können sich in Aggressionen und aggressivem Verhalten anderen gegenüber ausdrücken. Die Energien, welche sich im Moment des Traumas aufgestaut haben, führen oft zu einer anhaltenden inneren Anspannung. Diese abzubauen, ist Ziel der traumapädagogischen Arbeit und der musikalischen Gruppenimprovisation. Das Spielen auf Trommeln beispielweise, kann zum Ableiten dieser aufgestauten Emotionen und zum Ausdruck dieser führen. Nicht zuletzt auch durch die körperliche Anstrengung, welche während lautem und kraftvollem Trommeln entsteht. Besonders beim lauten, kraftvollen und eher harten trommeln, muss der*die Spieler*in lange, anstrengende Armbewegungen durchführen. Diese physischen Energien können als Ventil angestauter Gefühle, wie Wut und Ärger dienen. (vgl. Reichinger 2019, S 47-48) Kooperation und Beziehungsfähigkeit zu fördern und wiederherzustellen gehört zum weiten Ziel der traumapädagogischen Arbeit. Das gemeinsame und aktive Erleben von Musik und Musizieren kann dabei helfen, Erfahrungen in Autonomie, Vertrauen, und Zugehörigkeit zu sammeln.

Das gemeinsame Musizieren verlangt es den Mitgliedern der Gruppe ab, zuzuhören, sie aktiv wahrzunehmen und zu verstehen sowie sich gegenseitig zu vertrauen, um bestmögliche Ergebnisse zu erreichen. Gleichzeitig müssen die einzelnen Personen eigene musikalische Ideen, Ausdrücke und Empfindungen umsetzen. Das Ergebnis ist ein gemeinsamer, integrierter und rein nonverbaler, gleichklingender Rhythmus. Dieser kann nur gelingen, wenn die Teilnehmer*innen einander vertrauen, kooperieren und soziale Beziehungen eingehen. Auf diese Weise können mangelnde Kooperationsbereitschaft, Vertrauen und die Unfähigkeit, soziale Beziehungen einzugehen, wiederhergestellt und gefördert werden. (vgl. Reichinger 2019, S. 48-49)

6. Fazit

Es kann festgehalten werden, dass Trauma auf hohe belastende Ereignisse zurückzuführen ist. Dies führt zu anhaltenden Schädigungen sowohl im Körper als auch im Geist und der Psyche. Dabei kann Traumatisierung verschiedene Auswirkungen haben wie: posttraumatische Belastungsstörung, wiederkehrende Alpträume, Flashbacks, überwältigende Emotionen und Vertrauensängste. Die Traumapädagogik ist hier ein Ansatz, der Theorien und Methoden, aus der Traumatologie, in der pädagogischen Arbeit zusammenführt. So kann traumatisierten Kindern und Jugendlichen ein sicherer Ort geboten werden, in welchen Selbstheilungs- und Selbsterhaltungskräfte gefördert werden können. Die Traumatherapie konzentriert sich währenddessen auf die Untersuchung und die Bearbeitung der Ursachen und Symptome, sie arbeitet meist defizitorientiert. Während die Traumapädagogik zur Therapie unterstützend und Ressourcen stärkend arbeitet, um eine angstfreie Bewältigung des Alltags zu ermöglichen.

Dabei hat Musik einen großen Einfluss auf das Leben. Jeder Mensch hat bereits Erfahrungen mit Musik gemacht. Sie wirkt sich auf unsere Stimmung und Reaktionen aus. Die Wirkung von Musik kann von Person zu Person unterschiedlich sein. Musik kann einzelne Personen beeinflussen, aber auch ganze Gruppen, die zur selben Zeit und am selben Ort, dieselbe Musik hören, zum Beispiel bei einem Konzert. Sie beeinflusst unser Denken, Handeln und Fühlen. Musik kann sogar einen Einfluss auf das Fahrverhalten von Autofahrern haben, indem sie die Konzentration steigert oder zu einem schnellen und aggressiven Fahrstil verleitet. Musik ist darüber hinaus auch in keiner Kultur der Welt wegzudenken. Sie spielt eine wichtige Rolle und hat Auswirkungen auf Menschen und

Gesellschaften. So kann sie wichtige Merkmale der Persönlichkeit beeinflussen und fördern, wie zum Beispiel Teamfähigkeit und Intelligenz.

Außerdem zeigen Studien, dass Musik einen positiven Einfluss auf Kinder und Jugendliche haben kann. Eine Langzeitstudie an Berliner Grundschulen zeigte, dass musikbetonte Schulen, in denen Kinder zwei Stunden Musikunterricht hatten und ein Instrument erlernten, positive Auswirkungen auf soziale Kompetenzen und Reflexionsfähigkeit hatten. Es kam zu weniger Ausgrenzung und die Kinder fühlten sich stärker miteinander verbunden. Auch in Bezug auf die Intelligenz, schnitten die Kinder der musikbetonten Schulen besser ab als diejenigen der Vergleichsschulen. Musik ist für viele Menschen eine Bereicherung in ihrem Leben. Die Jimm-Studie zeigt, dass Musikhören oder selbst zu Musizieren, eines der häufigsten Hobbys ist. Musik wird als einer der wichtigsten Grundwerte neben Familie, Freunde und Gesundheit angesehen. Sie kann für verschiedene Menschen unterschiedliche Bedeutungen haben. Was für einige Lärm und nervig ist, kann für andere entspannend sein. Musik ist schwer zu definieren, aber sie dient als Ausdruck der seelisch-emotionalen Seite des Menschen. Es lässt sich also sagen, dass Musik einen großen Einfluss auf die Menschen hat. Sie kann unsere Stimmung beeinflussen, soziale Verbindungen stärken, die Kreativität und Intelligenz fördern und eine wichtige Rolle in der Sozialen Arbeit und Gruppenarbeit spielen. Die musikalische Gruppenimprovisation bietet dabei Möglichkeiten des ganzheitlichen Lernens, Ausdrucks und der Partizipation. Sie fördert die Entwicklung von Beziehungen, die Entdeckung der eigenen Identität und die Stärkung von Kommunikationsfähigkeiten. Die musikalische Gruppenimprovisation beeinflusst auch Gruppenprozesse und -dynamiken, indem sie Rollenfindung, Zusammenhalt und gemeinsame Ziele fördert. Insgesamt hat Musik einen wichtigen Platz in unserer Gesellschaft und kann positive Veränderungen bewirken.

Die einleitend gestellte Frage: *Inwiefern hat die musikalische Gruppenimprovisation einen Einfluss auf Kinder und Jugendliche, welche von Trauma betroffen sind?* kann also zusammenfassend folgendermaßen beantwortet werden.

Die musikalische Gruppenimprovisation kann positive Auswirkungen auf von Trauma betroffene Kinder und Jugendliche haben. Die Einzigartigkeit der Musik ermöglicht es den Teilnehmer*innen auf nonverbale Weise, Gefühle auszudrücken und mit anderen in Verbindung zu treten. Dies kann dazu beitragen, dass traumatisierte Kinder und Jugendliche ihre Erfahrungen verarbeiten und emotionale Blockaden lösen können. Die

Teilnahme an musikalischer Gruppenimprovisation bietet den Betroffenen die Möglichkeit, sich sicher und unterstützt zu fühlen. Die gemeinsame Erfahrung des Musizierens in einer Gruppe fördert ein Gefühl der Zugehörigkeit und stärkt das Vertrauen in sich selbst und andere. Durch die Improvisation entsteht ein Raum für kreative Entfaltung und Selbstaussdruck, der von Freiheit und Spontanität geprägt ist. Dies kann den Teilnehmer*innen helfen, ihre traumatischen Erlebnisse auf eine neue Art und Weise zu betrachten und sich von ihnen zu distanzieren. Darüber hinaus bietet die musikalische Gruppenimprovisation eine strukturierte Umgebung, in der die Kinder und Jugendlichen lernen, aufeinander zu hören und achtzugeben, zu kommunizieren und kooperativ zu arbeiten. Diese Fähigkeiten sind nicht nur für das Musizieren von Vorteil, sondern können auch auf andere Bereiche des Lebens übertragen werden. Indem sie lernen, gemeinsam in der Gruppe zu musizieren, entwickeln die Teilnehmer*innen soziale Fähigkeiten, verbessern ihre Selbstwahrnehmung und lernen ihre Emotionen zu regulieren. Es ist jedoch wichtig anzumerken, dass musikalische Gruppenimprovisation allein keine umfassende Behandlung für traumatisierte Kinder und Jugendliche darstellt. Es sollte als Teil eines ganzheitlichen Ansatzes zur Traumatherapie betrachtet werden, der auch andere therapeutische Interventionen und Unterstützung beinhaltet. Jede*r Einzelne reagiert unterschiedlich auf Musik, daher ist es wichtig, individuelle Bedürfnisse und Grenzen zu respektieren und eine professionelle Anleitung durch qualifizierte Therapeut*innen sicherzustellen. Insgesamt kann musikalische Gruppenimprovisation jedoch ein wertvolles Werkzeug sein, um von Trauma betroffenen Kindern und Jugendlichen zu helfen. Es ermöglicht ihnen, ihre Gefühle auszudrücken, Verbindungen herzustellen, soziale Fähigkeiten zu entwickeln und ihr persönliches Wachstum zu fördern. Durch die kreative und spielerische Natur der Musik, können die Teilnehmer*innen neue Wege entdecken, ihre traumatischen Erfahrungen zu bewältigen und wieder ein Gefühl von Freude und Hoffnung in ihrem Leben zu finden.

7. Quellenverzeichnis

- Allemann, L.: Musikalische Gruppenimprovisation in der Sozialen Gruppenarbeit. Ein methodischer Zugang zur Förderung positiver Gruppen- und Selbsterfahrung in der Sozialen Arbeit. Luzern 2016.
- Altenmüller, E.: Vom Neandertaler in die Philharmonie. Warum der Mensch ohne Musik nicht leben kann. Berlin 2018.
- Baierl, M. [1]: Mit Verständnis statt Missverständnis. Traumatisierung und Traumfolgen. In: Baierl, M., Frey, K. (Hrsg.): Praxishandbuch Traumapädagogik. Lebensfreude, Sicherheit und Geborgenheit für Kinder und Jugendliche, 3 Auflage, Göttingen 2016, S. 21-46
- Baierl, M. [2]: Liebe allein genügt nicht, doch ohne Liebe genügt nichts. Werte und Haltungen in der Traumapädagogik. In: Baierl, M., Frey, K. (Hrsg.): Praxishandbuch Traumapädagogik. Lebensfreude, Sicherheit und Geborgenheit für Kinder und Jugendliche, 3 Auflage, Göttingen 2016, S. 47-55
- Bastian, H., G.: Musik(erziehung) und ihre Wirkung. Eine Langzeitstudie an Berliner Grundschulen. Mainz 2000.
- Becker, F.: Gruppendynamik. Definition, Prozesse und Beispiele. URL: <https://wpgs.de/fachtexte/gruppendynamik/> [Stand 20.06.2023]
- Beckrath-Wilking, U. u.a.: Traumafachberatung, Traumatherapie und Traumapädagogik. Ein Handbuch für Psychotraumatologie in beratendem, therapeutischem und pädagogischem Kontext. Paderborn 2013.
- Behnisch, M., Maierhofer, G.: Soziale Gruppenarbeit. URL: <https://www.socialnet.de/lexikon/Soziale-Gruppenarbeit> [Stand 20.06.2023]
- Bundesinstitut für Arzneimittel und Medizinprodukte: ICD11 in Deutschland Entwurfsfassung URL: https://www.bfarm.de/DE/Kodiersysteme/Klassifikationen/ICD/ICD-11/uebersetzung/_node.html [Stand 20.06.2023]
- Bundesministerium der Justiz [1]: Sozialgesetzbuch. Achstes Buch Kinder- und Jugendhilfe. § 41 Hilfe für Junge Volljährige URL: https://www.gesetze-im-internet.de/sgeb_8/_41.html [Stand 20.06.2023]

- Bundesministerium für Justiz [2].: Sozialgesetzbuch. Achtes Buch Kinder- und Jugendhilfe. §29 Soziale Gruppenarbeit URL: https://www.gesetze-im-internet.de/sgeb_8/___29.html [Stand 20.06.2023]
- Franken, S.: Verhaltenorientierte Führung. Handeln, lernen und Diversity in Unternehmen. 4 Auflage, Wiesbaden 2019.
- Gesundheit.GV.AT.: Seelisches Trauma. Was ist das? URL: <https://www.gesundheit.gv.at/krankheiten/psyche/trauma/symptome.html#welche-ursachen-hat-ein-seelisches-trauma> [Stand 20.06.2023]
- Jander, V.: Demokratie lernen im Musikunterricht durch musikalische Gruppenimprovisation. In: Potsdamer Schriftenreihe zur Musikpädagogik. Nr. 8. 26.08.2020, S. 71-99
- Kapteina H.: Dimensionen der Gruppenimprovisation. In: Decker-Voigt, H., H. u.a. (Hrsg.): Musik und Kommunikation. Hamburger Jahrbuch zur Musiktherapie und intermodalen Medientherapie. Lilienthal 1988, S. 1-17
- Medienpädagogischer Forschungsverband Südwest: Jimm-Studie 2022. URL: <https://www.mpf.de/studien/jim-studie/2022/> [Stand 20.06.2023]
- Minkenberg, H.: Sichtung und Erforschung neuer musikpädagogischer Konzepte. Insbesondere Community Music- und deren Übertragbarkeit auf die musikpädagogische Praxis in der sozialen Arbeit. Düsseldorf 2018.
- Pirker, G.: Auswirkungen der Musik auf die Kindesentwicklung. Eisentratten 2013
- Reichinger, C.: Musik als nonverbale Traumapädagogik. Gemeinsames Trommeln in der Stationären Kinder- und Jugendhilfe. Baden-Baden 2019.
- Romanus-Ludewig, A.: Trauma Bewältigen. Übungen zur Selbsthilfe und für die Therapie. Paderborn 2022.
- Simon, T., Wendt, P., U.: Lehrbuch Sozialer Gruppenarbeit. Eine Einführung. 1 Auflage, Weinheim Basel 2019.
- Streeck-Fischer, A.: Trauma und Entwicklung. Folgen von Traumatisierung in der Kindheit und Jugend. In: Bonney, H. (Hrsg.): Neurobiologie für den therapeutischen Alltag. Auf den Spuren Gerald Hüthers. Göttingen 2011, S. 119-132

Wickel, H., H.: Musik in der Sozialen Arbeit. 2 Auflage, Münster u.a. 2018

Wieser, M.: Der Einfluss von Musik auf Intelligenz, Aufmerksamkeit und Kreativität.
Graz 2011.

Ziegler, A., Heller, K., A.: Intelligenz. URL: <https://www.spektrum.de/lexikon/psychologie/intelligenz/7263> [Stand 20.06.2023]