

# Musiktherapeutische Methoden in der beruflichen Weiterbildung

## Music Therapy in Advanced Vocational Training

Pia Neiwert

*Der Einsatz von musiktherapeutischen Methoden in der beruflichen Weiterbildung stellt eine neue und nur in ersten Ansätzen erforschte Arbeitsform dar. Vor dem Hintergrund einer umfassend verstandenen Weiterbildung, die neben der Förderung fachlicher Fähigkeiten ebenso Wert auf die persönliche Entfaltung Einzelner legt, lässt sich die Verbindung von Musiktherapie und beruflicher Weiterbildung begründen. Durch die Darstellung eines Coachingverlaufes mit musiktherapeutischen Methoden für den Existenzgründungsbereich wird beispielhaft eine Möglichkeit der praktischen Umsetzung aufgezeigt.*

*The use of music therapy methods in advanced vocational training presents a newly developed field of work in initial stages of research. Against the background of comprehensive vocational in-service training, which places equal value on the advancement of vocational skills as well as the personal development of each individual, a relationship is drawn between music therapy and professional continuing education. This study presents the practical application of a coaching process using music therapy methods during business set-up.*

Können die vielfältigen Methoden, Erkenntnisse und Erfahrungen aus der Musiktherapie, die im klinischen Rahmen wirkungsvoll zum Einsatz kommen, auch für Menschen außerhalb von Klinik, Krankheit oder psycho-sozialem Kontext eine Bereicherung darstellen? Ist es möglich, und wenn ja, wie, Arbeitsmethoden aus der Musiktherapie in den Beratungs-, Trainings- und Coachingbereich der beruflichen Weiterbildung zu übertragen? Diese beiden Fragen begleiteten mich seit Beginn meines Doppel-Studiums der Musiktherapie und der Erwachsenenbildung/Weiterbildung. Im Rahmen meiner Diplomarbeit mündete die Auseinandersetzung mit der beruflichen Weiterbildung auf der einen sowie mit Arbeitsweisen der Musiktherapie auf der anderen Seite schließlich in die Konzeption und Durchführung eines Coaching-Angebots mit musiktherapeutischen Methoden für den Existenzgründungsbereich. In diesem Beitrag möchte ich zunächst einige meiner grundsätzlichen Überlegungen darstellen, bevor ich im nachfolgenden Teil auf die Arbeit mit einer Gruppe von Existenzgründerinnen näher eingehe und abschließend Ergebnisse aus der Evaluation dieses Projekts wiedergebe.

## **Berufliche Weiterbildung**

Berufliche Weiterbildung hat in unserem Bildungssystem einen zunehmend zentralen Stellenwert eingenommen. Die in einer Erstausbildung erworbenen Qualifikationen sind durch gesellschaftliche, wirtschaftliche und arbeitsorganisatorische Entwicklungen immer schnelleren Wandlungen und Erneuerungen unterworfen. So rückt an die Stelle einer Berufsausbildung, die auf eine in ihren Grundzügen festgelegte Berufsrolle vorbereitet, die Notwendigkeit eines veränderten Umgangs mit der eigenen beruflichen Identität. Die beständige Anforderung an Einzelne, sich neues Wissen und Können anzueignen sowie sich fortwährend wandelnden Arbeitsstrukturen anzupassen, führt zu einer Ausweitung der Funktion von beruflicher Weiterbildung (Arnold 1999).

Berufliche Weiterbildung bezeichnet alle Formen berufsbezogenen Lernens nach dem Abschluss einer ersten berufsqualifizierenden Ausbildung oder, falls kein berufsqualifizierender Abschluss erworben wurde, jegliche Art der Weiterqualifizierung nach dem Eintritt in die Erwerbstätigkeit (vgl. Pirzer 2000). Stand ursprünglich der Erwerb neuer fachlicher Fähigkeiten im Vordergrund, wird seit mehreren Jahren der beruflichen Weiterbildung aufgrund des gesteigerten Interesses an Fähigkeiten wie Sozialkompetenz, Flexibilität oder Teamkompetenz ein ausgedehnter Charakter zugeschrieben. Mittlerweile zählen die Qualifikationen, mit deren Hilfe es möglich ist, selbstständig Handlungsstrategien für neue und unerwartete Anforderungen zu entwickeln und sich neues Wissen anzueignen (Handlungs- und Methodenkompetenz), mit einzelnen MitarbeiterInnen sowie in Teams konstruktiv zusammenarbeiten und kommunizieren zu können (Soziale Kompetenz) sowie die Selbstwahrnehmung zu fördern und mit Emotionen bewusst umzugehen (Personale Kompetenz) mit zum Kern beruflichen Handelns (Lang 2000).

## **Beratung und Coaching in der beruflichen Weiterbildung**

In etwa zeitgleich mit der Tendenz, soziale, personale und problemlösende Kompetenzen als wichtigen Faktor für erfolgreiches berufliches Handeln in den Mittelpunkt der Aufmerksamkeit zu rücken, hat sich – zunächst vor allem in Wirtschaftsbetrieben – ein Beratungsverfahren etabliert, das in besonderem Maße, neben einer Begleitung bei fachlichen Problemen, auf die Einbeziehung persönlicher Schwierigkeiten und Potenziale im Verlauf eines Beratungsprozesses ausgerichtet ist: Coaching.

Während sich Kompetenzen wie Fachwissen, Rhetorik, Präsentationstechniken und methodische Fertigkeiten in entsprechenden Seminaren der beruflichen Weiterbildung relativ leicht aneignen und trainieren lassen, sieht dies im Bereich der Persönlichkeitsentwicklung wesentlich komplexer aus. Da in diesem Feld eine

Vielzahl an Einstellungen, Fähigkeiten und Persönlichkeitsmerkmalen von Bedeutung sind und sowohl innere Haltungen wie auch äußeres Verhalten miteinbezogen werden, ist die Fassbarkeit von Eigenschaften wie Flexibilität, Kreativität, Innovation, Intuition, Kritikfähigkeit, Selbstwahrnehmung und Motivation vielschichtig und oft nur in Ansätzen möglich. Gefühle wahrzunehmen, Einstellungen zu erkennen und das eigene Verhalten nach persönlichen Wünschen auszurichten sind grundlegende persönliche Kompetenzen, die es den Einzelnen ermöglichen, selbstbestimmt Veränderungsprozesse während beruflicher Konflikt- und Wandlungsphasen zu durchleben. Diese Fähigkeiten lassen sich jedoch im Gegensatz zu anderen Qualifikationen nicht einfach trainieren, sondern können nur „bewusst gemacht und gefördert werden – vorausgesetzt der Betreffende ist dazu bereit“ (Huck-Schade 2003, 10).

Veranstaltungen, die von ihrer Grundausrichtung her mit vordefinierten Lernzielen arbeiten und einen übenden Charakter aufweisen, sind für die individuelle Auseinandersetzung mit persönlichen Herausforderungen, die das berufliche Handeln betreffen, nur bedingt sinnvoll. Im Gegensatz dazu sind Beratung bzw. Coaching Verfahren, in denen es darum geht, in einen offenen Dialog und gegenseitigen Austausch einzutreten und im Prozess zu einer Klärung persönlicher Anliegen zu gelangen: „Ein Coach kann genau genommen nichts beibringen, sondern muss Bedingungen schaffen, die seinen Klienten veranlassen, selber die erforderlichen Entscheidungen zu treffen und Handlungen einzuleiten“ (Rauen 2000, 46).

Auch wenn „in der Fachwelt immer noch um die Klärung des Begriffs gerungen [wird]“ (Aichner/Heilinger 2002, 31) und es keine allgemein anerkannte Beschreibung und Definition des Terminus „Coaching“ gibt, lassen sich doch einige grundsätzlich übereinstimmende Tendenzen ausmachen. Ein grundlegendes Ziel von Coaching ist die Hilfe zur Selbsthilfe und zur Selbstverantwortung bei beruflichen Veränderungsprozessen. Vorhandenes Potenzial soll dabei bewusst gemacht und neue Wahlmöglichkeiten erkannt werden, damit sich insgesamt die Wahrnehmungsfähigkeit, das eigene Erleben und Verhalten erweitern kann. Zur Beschreibung und Eingrenzung von Coaching lassen sich nach Rauen folgende Charakteristika nennen:

- „Coaching ist ein *interaktiver, personenzentrierter Beratungs- und Betreuungsprozess*, der berufliche und private Inhalte umfassen kann (individuelle Beratung auf der Prozessebene).
- Coaching findet auf der Basis einer tragfähigen und durch gegenseitige Akzeptanz und Vertrauen gekennzeichneten, *freiwillig* gewünschten *Beratungsbeziehung* statt.
- Coaching zielt immer auf eine (auch präventive) Förderung von *Selbstreflexion* [...] und *-wahrnehmung, Bewusstsein* und *Verantwortung*, um so Hilfe zur Selbsthilfe zu geben.

- Coaching arbeitet mit transparenten Interventionen und erlaubt keine manipulativen Techniken, da ein derartiges Vorgehen der Förderung von Bewusstsein prinzipiell entgegenstehen würde.
- Coaching setzt ein ausgearbeitetes *Coaching-Konzept* voraus, welches das Vorgehen des Coachs erklärt und festlegt, welche Interventionen und Methoden der Coach verwendet, wie angestrebte Prozesse ablaufen können und welche Wirkzusammenhänge zu berücksichtigen sind. Zudem sollte das Konzept dem Gecoachten soweit transparent gemacht werden, dass Manipulationen ausgeschlossen werden können.
- Coaching findet in *mehreren* Sitzungen statt und ist *zeitlich* begrenzt.
- Coaching richtet sich an eine *bestimmte* Person (Gruppen-Coaching: für eine *genau definierte Gruppe* von Personen) mit Führungsverantwortung oder Managementaufgaben.
- Coaching wird praktiziert durch Beraterinnen und Berater mit *psychologischen und betriebswirtschaftlichen Kenntnissen* sowie *praktischer Erfahrung* bezüglich der Anliegen des oder der Gecoachten (um die Situation fundiert einschätzen und qualifiziert beraten zu können)“ (Rauen 2000, 43).

Coaching mit dem Ziel der Förderung beruflicher Selbstgestaltungspotenziale wird angefragt von Menschen, „die in unterschiedlichen Organisationstypen und auf unterschiedlichen Hierarchiestufen mit Managementaufgaben betraut sind“ (Schreyögg 2003, 3). Hierzu zählen MitarbeiterInnen aus den Bereichen wirtschaftlicher, sozialer und staatlicher Institutionen ebenso wie UnternehmerInnen und FreiberuflerInnen.

### **Kreativ-künstlerische Methoden in der beruflichen Weiterbildung**

Im Rahmen eines Diskussionsbeitrags des Landesinstituts für Qualifizierung in NRW zum Entwicklungsfeld arbeitswelt- und berufsbezogener Weiterbildung wird auf die Bedeutung hingewiesen, die personale und soziale Fähigkeiten in der momentanen und zukünftigen Berufsrolle einnehmen: „Es besteht ein großer Bedarf, neben den Fach- und Methoden- auch Sozialkompetenz zu vermitteln“ (Landesinstitut für Qualifizierung 2002, 35). Soziale Kompetenzen werden im Lebensverlauf erworben. Durch Praxiserfahrungen, Selbstreflexion, Selbsterfahrung und Feedback innerhalb einer Gruppe können sie weiter entwickelt und gefördert werden. Als Hinweis darauf, welcher Einsatz von Methoden in der beruflichen Weiterbildung denkbar und sinnvoll ist, um eine solche Entwicklung und Förderung zu ermöglichen, nennt die Entwicklungsgruppe des Landesinstituts folgenden Aspekt: „Die Methoden aus den Bereichen der Kulturellen Bildung, z. B. dem bildnerischen Gestalten, dem Theater, dem Tanz und der Musik fördern die Schlüsselqualifikationen und die Kreativität und können im beruflichen oder wirtschaftlichen Kontext eingesetzt werden“ (ebd., 35).

Im Unterschied zur kulturellen Bildung werden in der berufsbezogenen Weiterbildung kreativ-künstlerische Medien prozessorientiert eingesetzt. Nicht das fertige Produkt steht im Vordergrund, sondern die verfeinerte Wahrnehmung der eigenen Person und die Auseinandersetzung mit der Gruppe sind die Ziele. Kreativ-künstlerische Methoden können potenziell in den verschiedenen Veranstaltungsformen beruflicher Weiterbildung (Seminar, Training, Beratung, Coaching) als Erweiterung zu verbalen Kommunikations- und Erlebensformen eingesetzt werden. Im Einzelnen ist u. a. eine Auseinandersetzung mit folgenden Themen denkbar:

- „Teamfähigkeit
- Kommunikation, verbal und nonverbal
- Innovationsfähigkeit
- Mobilisierung der Ressourcen
- Kunst der Selbst- und Fremdwahrnehmung
- Umgang mit Stresssituationen
- Findung von neuen Ideen
- Kooperationsbereitschaft
- Problemlösungen
- Prozessorientiertes Arbeiten
- Zielorientiertes Arbeiten“ (ebd., 85).

Das, was für die berufliche Weiterbildung ein neues Arbeitsfeld darstellt, nämlich die Verbindung von Kreativität, künstlerischer Tätigkeit und psychologischen Erkenntnissen zur Verbesserung der Lebensqualität und zur persönlichen Entwicklung, wird bereits seit mehreren Jahrzehnten in den künstlerischen Therapien praktiziert. Die hier gemachten Erfahrungen und erarbeiteten Konzepte können sich in modifizierter Form im außertherapeutischen Bereich nutzen lassen, um die Bewusstheit für einschränkende Erlebens- und Erfahrungsprozesse zu erweitern und um experimentell neue Verhaltensweisen auszuprobieren. Gerade wenn die Ebene der Übermittlung von sachlichen Informationen verlassen wird und es um persönliche Erfahrungen oder Probleme geht, bietet die Arbeitsweise mit kreativ-künstlerischen Methoden, die im Bereich der Psychotherapien entwickelt worden sind, die Möglichkeit, Anliegen mit sprachlich noch nicht fassbarem Charakter zu bearbeiten und dadurch einem anschließenden verbalen Dialog zugänglich zu machen. Auf den Coaching-Bereich übertragen erläutert Schreyögg:

*„Materialmedien [dienen] der Übermittlung von Botschaften, die der Klient selbst noch nicht bündig zu artikulieren vermag [...]. In vielen [...] Fällen bringen Klienten sehr unbestimmte Gefühle von Unbehaglichkeit am Arbeitsplatz oder diffuse Eindrücke von persönlichen Einbrüchen ins Coaching ein. Der Umgang mit Medien erlaubt dann oft eine erste Manifestation diffusen Unbehagens oder diffuser Eindrücke, die dem Coach als prärationale Phänomene übermittelt werden“* (Schreyögg 2003, 289).

Im aktiven Kontakt mit verschiedenen Medien und Materialien, sich selbst und der Gruppe, kann eine Beziehung zu Gedanken, inneren Barrieren und Gefühlen wie Angst, Neugier und Freude entstehen. Neue Lösungsmöglichkeiten können sich zeigen und festgefahrene Vorstellungen, wie etwas sein soll oder zu machen ist, können hinterfragt werden. Durch den Einsatz kreativ-künstlerischer Mittel in Veranstaltungen der beruflichen Weiterbildung ergibt sich so die Chance, den persönlichen wie den gruppenbezogenen Hintergrund zu erweitern und andere als die sonst gewohnten Ausdrucks- und Verhaltensweisen im experimentellen Rahmen zu erproben (Huck-Schade 2001).

### **Musiktherapeutische Methoden in der beruflichen Weiterbildung**

Das Feld der Musiktherapie verfügt heute über einen beträchtlichen Reichtum an bewährten Methoden, praktischen Erfahrungen und fundierter Theorie. Auch wenn dieses Wissen und Können zum überwiegenden Teil im klinischen bzw. heilpädagogischen Kontext entwickelt worden ist, kann es sich lohnen, die musiktherapeutischen „Wirkweisen“ auch auf umfassendere Ebenen und Netzwerke zu übertragen, wie Pavlicevic in ihrem Buch „Groups in Music“ (2003) beispielhaft beschreibt: Im Verlauf der neunziger Jahre bemerkte sie, dass sie neben ihrer „eigentlichen“ Tätigkeit als Musiktherapeutin in Südafrika verstärkt von Gruppen angefragt wurde, die keine Musiktherapie wollten, sie aber für die Leitung von Gruppen engagierten, aufgrund ihres musiktherapeutischen Hintergrunds. In verschiedensten Institutionen arbeitete Pavlicevic so mit Menschen, Gruppen und Teams zusammen, die von ihr erwarteten, sie durch musikalische Gruppenprozesse zu führen, aber letztendlich mit dem „nicht-musikalischen“ Ziel, ihre Team-Arbeit zu verbessern, Stress abzubauen oder Konflikte zu lösen. Auf Grundlage eines erweiterten Verständnisses musiktherapeutischer Arbeit resümiert sie:

*„Music therapy training and practice is not only about working with disabled, disordered or diseased groups of people, but working with music in a specific way, with all kinds of people, old and young, highly able and healthy and ordered, as well as with those who are socially marginalized, exiled from their countries, and invisible in social life“ (Pavlicevic 2003, 26).*

Auch wenn die Tätigkeit von MusiktherapeutInnen im Feld der beruflichen Weiterbildung ein Anliegen ist, das sich nur langsam auf breiterer Basis umsetzen lassen wird, weil entsprechende Fähigkeiten, Erfahrungen und Kontakte sich erst allmählich entwickeln müssen: Sich flexibel und mit einem großen Methodenrepertoire auf unterschiedliche Anforderungen einzustellen, gehört zum Handwerkszeug vieler MusiktherapeutInnen. Denn gleichgültig ob es in einer Gruppe zunächst „nur um den Spaß“ an der Musik geht, entstehende Gruppenprozesse psychologisch „aufgefangen“ werden müssen oder von den Teilnehmenden von Anfang an

eine vor allem auf Selbsterfahrung angelegte Ausrichtung gewünscht wird, bietet die Musiktherapie vor allem durch das Mittel der Improvisation ein breites Spektrum an Arbeits- und Anpassungsmöglichkeiten.

In einer Welt, in der der „flexible Mensch“ ein „improvisiertes Leben“ lebt (Weymann 2004, 11 f.), könnte die Methode der musikalischen Improvisation, die nicht an spezifische Voraussetzungen gebunden, sondern jedem und jeder spontan zugänglich ist, als strukturiertes Übungsfeld für die „nötigen“ Improvisationen in Beruf und Alltag dienen. Um Burnout, Sucht, Isolation und anderen Erscheinungen von Überforderung und Orientierungslosigkeit präventiv entgegenzuwirken, geht es um das Erlernen und Erproben eines „spielerischen Umgangs mit dem Unvorhersehbaren“ (Kühn 1993, 63). In einer anfangs scheinbaren Unordnung müssen herkömmliche Verhaltensmuster aufgegeben werden, wodurch neue Konstellationen entstehen können. Ziel ist die Fähigkeit zur aktiven und lebensfördernden Gestaltung der eigenen Berufs- und Alltagsrealität.

Die Musiktherapie bietet eine Arbeitsweise, die nicht nur ernst und schmerzhaft ist, sondern vor allem auch anregend, befreiend und beziehungsfördernd wirken kann. Denn letztlich geht es für jeden Menschen darum, das volle Potenzial der eigenen Lebenskraft zu nutzen, sich „lebendig“ zu fühlen und sich schöpferisch zu entfalten und in diesem Sinne zur eigenen und gesellschaftlichen Gesundheit beizutragen. Timmermann merkt in diesem Zusammenhang an:

*„Wenn wir jedoch mit unserer musiktherapeutischen Arbeit in die Gesellschaft hineinwirken wollen, müssen wir möglicherweise dahin gehen, wo wir die Menschen erreichen, denen mit unseren Methoden zu helfen ist, und unsere Arbeitsweisen dementsprechend überdenken. Hier eröffnet sich ein Bereich, der Engagement lohnt, wenn wir langfristig über den Topfrand der ‚Reparaturwerkstätten‘ hinausschauen, wenn wir Prävention und psychosoziale Hygiene beziehungsweise Seelsorge wirklich ernst nehmen.“* (Timmermann 2003, 51)

Für die berufliche Weiterbildung entsprechend modifizierte musiktherapeutische Angebote und Methoden könnten so bei professionellem und bewusstem Einsatz die „Spürsamkeit“ der Einzelnen für sich selbst, die eigenen Bedürfnisse und die anderer Menschen erhöhen und langfristig zur Verbesserung der Lebensqualität von Mitarbeiterinnen und Mitarbeitern im beruflichen Alltag beitragen.

## **Coaching für Existenzgründerinnen mit musiktherapeutischen Methoden**

Während eines intensiven mehrmonatigen Praktikums in der Beratungsstelle Frauen & Beruf, einer Einrichtung, die Frauen in beruflichen Belangen unterstützt, stellte ich erste konzeptionelle Überlegungen für ein Coaching mit musiktherapeu-

tischen Methoden für die Zielgruppe der Existenzgründerinnen an. Schließlich erhielt ich die Möglichkeit, das Projekt als reguläre Veranstaltung der Beratungsstelle mit einer Klein-Gruppe durchzuführen. Das Angebot beinhaltete fünf jeweils dreistündige Termine, verteilt auf einen Zeitraum von acht Wochen.

Um in die Rolle einer Unternehmerin hineinzuwachsen braucht es oft Zeit und Mut: Selbstsicher auftreten, Banken von der eigenen Gründungs idee überzeugen, Mitarbeiterinnen einstellen, mit Kunden verhandeln und in öffentlichen Vorträgen das eigene Angebot präsentieren, sind Verhaltensweisen, die viele Frauen während ihrer bisherigen Berufspraxis nicht oder nicht ausreichend geübt haben. Veranstaltungen und Beratungen, die für die Phase einer Existenzgründung angeboten werden, beziehen sich zum größten Teil auf die Übermittlung von wirtschafts-relevanten und rechtlichen Informationen und die Aneignung von Kenntnissen in Bereichen wie Buchführung und Marketing. So wichtig fachliches Know-how auch ist, nach den Erfahrungen der Karriereberaterin Astrid Hochbahn darf folgender Punkt nicht übersehen werden: „Das Eigentliche spielt sich im Inneren der Gründerin ab. Viele Frauen wünschen sich eine emotionale Unterstützung und brauchen einen letzten Schubs, um sagen zu können: ‚Ja, ich traue mir das zu‘“ (mündliche Information).

Mit dem Angebot eines Coachings zur Potenzialentwicklung für Existenzgründerinnen soll dieser Bedarf aufgegriffen werden. Durch kreativ-künstlerische Erkenntnismethoden lernen die Teilnehmerinnen konstruktive Möglichkeiten kennen, eigene Gefühle, Ansichten und Ziele spielerisch zu erforschen. Vor allem musikalische Improvisationen, aber auch freie Stimm- und Bewegungsarbeit, dienen als Medien im Vergewisserungsprozess vor einer möglichen Existenzgründung. Vorher unbewusste Wünsche und Lösungsmöglichkeiten können in Form von inneren Bildern und Gedanken ins Bewusstsein gelangen und durch experimentelles Probehandeln im musikalisch-improvisierenden Ausdruck ein Stück weit der Realität näher gebracht werden.

Das Coaching ist an Frauen gerichtet, die sich vor einer eventuellen Existenzgründung befinden, aber noch schwanken und sich fragen: „Soll ich es wirklich wagen?“ und an Frauen, die mit den allerersten Ideen spielen und überlegen, ob die Existenzgründung überhaupt eine Alternative für sie darstellen würde.

Die musikalische Improvisation mit Instrumenten oder der eigenen Stimme ist die Kernmethode des Coachings und wird in jeder Sitzung mindestens einmal angewendet. Durch diese Kontinuität vergrößert sich die Sicherheit im Umgang mit dem freien Spiel und die Teilnehmerinnen können sich mehr und mehr auf die gleichzeitig ablaufenden inneren Gefühle, Ideen, Bilder und Prozesse sowie die Interaktionen innerhalb der Gruppe konzentrieren. Ein anschließendes Gespräch zum Transfer der Erfahrungen gehört immer dazu. Dem Gespräch vor- oder nachgeschaltet können andere Methoden, wie eine Konkretisierung durch Schreiben,

eine Körper- und Bewegungserfahrung oder die Umsetzung einer wesentlichen Erkenntnis in ein gemaltes Bild sein. Solche intermedialen Übertragungen können – sparsam und bei Bedarf eingesetzt – zu verstärkter Integration und größerer Klarheit führen (siehe Rogers 2001, Knill 1992).

Jeder Termin beginnt mit einer Gesprächsrunde, in der die Teilnehmerinnen Gelegenheit haben zu berichten, an welchem Punkt sie gerade stehen, wie es ihnen geht und wie sich die Erfahrungen und Erkenntnisse seit dem letzten Mal weiter entwickelt haben. Die Frauen lernen sich auf diese Weise untereinander kennen, erfahren, dass die anderen möglicherweise ähnliche Gedanken, Befürchtungen und Ziele haben und können sich untereinander vernetzen. Jeder der fünf Termine steht unter einem Thema:

- Meine Unternehmens-Idee: Motivation und Vision
- a) Stimme; b) Stärken und Fähigkeiten
- Überzeugen – Überzeugt sein
- Blockaden und Ängste
- Selbstbestimmung (siehe zur Relevanz dieser Themen: Franks 2000)

Die Arbeitsweise während des gesamten Coachingverlaufes ist prozessorientiert angelegt. Auch wenn für jeden Termin eine themenspezifische Grundlage als Ausgangspunkt für eine gemeinsame Auseinandersetzung in der Gruppe mit besonderen Aspekten, die eine Existenzgründung betreffen, geplant ist, sind die Teilnehmerinnen durch das nicht festlegende Medium der musikalischen Improvisation frei darin, ihren individuellen Impulsen und Schwerpunkten zu folgen. Ausschlaggebend ist, dass die Leiterin dem Prozess der Klientinnen/Teilnehmerinnen folgt, und deshalb der Einsatz von vorher geplanten Inhalten immer nur Impulse und Anregungen darstellen sollen, die jederzeit variiert, weggelassen oder durch für die Teilnehmerinnen als relevant formulierte Themen und Bedürfnisse ersetzt werden können/müssen.

Zusammenfassend lassen sich folgende konzeptionelle Grundlagen für die praktische Durchführung dieses kreativ-künstlerischen Coachings für Existenzgründerinnen nennen:

#### *Anliegen und Ziele:*

- Das Coaching soll als Begleitung für den Prozess der Vergewisserung vor einer Existenzgründung dienen
- Durch das Coaching soll ein ergebnisoffener Raum angeboten werden, der den Teilnehmerinnen die Gelegenheit gibt, sich ohne Druck mit der Frage einer möglichen Existenzgründung auseinander zu setzen
- Vermittlung von Stärkung und Ermutigung in Bezug auf eine tatsächliche Gründung

*Methodische Bausteine:*

- Themen-Impulse als kognitiver Ausgangspunkt für eine Auseinandersetzung mit persönlichen Themen, die die Existenzgründung betreffen
- Selbsterfahrungsanteile durch musikalische Improvisationen, anschließende Gespräche über die gemachten Erfahrungen und eine Übertragung der gewonnenen Einsichten auf konkrete Berufs- und Alltagssituationen
- Übungsbezogene Anteile durch musikalische Spielanleitungen, wie zum Beispiel sich musikalisch vor den anderen zu präsentieren oder ein Verkaufsgespräch musikalisch umzusetzen
- Medienwechsel: Einbeziehung von Bewegung/Körpererfahrung, schriftlicher Konkretisierung, Malen etc.

**Praxisphase**

Aus dem Verlauf der Praxisphase möchte ich beispielhaft den vierten Termin ausführlicher beschreiben. Die vier Existenzgründerinnen sind hier bereits zu einer sich gegenseitig intensiv unterstützenden Gruppe zusammengewachsen. An diesem Nachmittag soll es um die Themen „Was hindert mich? – Blockaden und Ängste in Bezug auf eine Existenzgründung“ und „Wettbewerb – Überzeugen/Überzeugt sein“ gehen:

Frau Sonntag (alle Namen und persönlichen Daten sind geändert) beginnt die Sitzung, indem sie darum bittet, Rückmeldungen zu ihrem Flyer-Text, den sie im Verlauf der letzten Woche aufgesetzt hat, zu bekommen. Die Frauen hören aufmerksam zu und sagen, was ihnen gut gefällt und welche Sätze/Einzelheiten bei ihnen nicht so gut ankommen.

Danach beginnt die eigentliche Eingangsrunde:

Frau Dierichs:

- Ich habe viel Gutes mitgenommen aus der letzten Stunde. Ich bin mir jetzt klarer darüber, welche Richtung ich mit meinem Dienstleistungsangebot einschlagen will und wie ich einen größeren Kreis von Kundinnen und Kunden ansprechen kann.

Frau Sander:

- Ich habe mir viele Gedanken um meine Mutter gemacht in der letzten Woche und konnte mich deshalb nicht der Weiterentwicklung meines Existenzgründungsvorhabens widmen. Mittlerweile zeichnet sich jedoch eine Lösung ab. Eine Operation könnte meiner Mutter helfen.

Sie bedankt sich bei den anderen Frauen für die Rückmeldung aus der vorletzten Stunde zu ihrer Improvisation. Dies bezog sich darauf, doch den Vater und den

Bruder anzusprechen, sich ebenfalls um die Mutter zu kümmern, so dass nicht alle Aufgaben automatisch an ihr hängen bleiben und sie wieder Zeit findet, sich um ihre eigenen Belange zu kümmern. Es entwickelt sich eine Diskussion, in der die Teilnehmerinnen Frau Sander darin bestärken, tatsächlich entsprechende Schritte zu unternehmen.

Frau Brandt:

- Nach der letzten Sitzung ist es abends zur Aussprache gekommen zwischen meinem Mann und mir bezüglich unserer Teamgründung. Das hat vieles geklärt. Es wird jetzt alles konkreter. Wir planen unsere Gründung für Ende dieses Jahres.

Frau Sonntag:

Sie fühlt sich viel sicherer seit dem „Durchhänger“ letzte Woche. Sie ist sich ihrer Stärken und Fähigkeiten wieder bewusst. Sie arbeitet viel und ganz konkret auf ihre Gründung in 3 Wochen hin.

Nach Abschluss dieser Gesprächsrunde soll der Einstieg in das sehr persönliche Thema „Blockaden und Ängste“ durch eine musikalische Improvisation gefunden werden. Die Frauen erhalten dazu die Vorgabe: Denken Sie sich eine Person, eine aktuelle oder aus Ihrer Vergangenheit, die am meisten etwas dagegen hat, dass Sie sich selbstständig machen. Und dann spielen Sie diese Person.

*Die Improvisation:*

Ein lautes, heftiges, fast gewaltsames Spiel: Gehämmerte schnelle Tonfolgen in den tiefen Lagen des Klaviers. Ein relativ gleichförmiger Rhythmus auf der Djembe. Im rasenden Tempo wird mit dem Griff eines Schlägels wieder und wieder gegen zwei Stäbe der Chimes geschlagen. Dosierte, aber zielsichere Schläge, die zwischen einer Pauke und einem Becken hin und her wechseln. Die Musik klingt aufwühlend, wie rasend und teils übermächtig.

In der Stille nach der Improvisation schlage ich den Frauen vor, sich bereitliegende Stifte und Papier zu nehmen und ein Bild davon zu malen, wie sie sich jetzt fühlen. Alle Teilnehmerinnen malen.

*Das nachfolgende Gespräch:*

Frau Dierichs: Klavier

- Während des Spiels habe ich gespürt, wie ich gegen meine übermächtige Mutter keine Chance habe. Ich habe für kurze Zeit einige vorsichtige hohe Töne gespielt, diese sind aber sofort durch die tiefen überstülpenden Töne, die meine Mutter dargestellt haben, überdeckt worden.

Gemalt hat Frau Dierichs sich als Punkt in die Mitte des Blattes. Ein dicker Ring und Verstrebungen um den Punkt stellen die Mutter dar. Dreiecke am äußeren Blattrand weisen auf Einflüsse von außen hin, die aber durch den dicken Ring der Mutter nie zu ihr vordringen konnten. Sie berichtet, dass auch jetzt noch die alten Gefühle von Einengung und Nicht-Frei-Sein sie in ihrer Selbstständigkeit behindern.

Frau Sander: Pauke und Becken

- Ich habe meinen Vater, gegen den ich mich immer ohnmächtig gefühlt habe, auf der Pauke gespielt. Auf das Becken habe ich erst geschlagen, als ich meine eigene Kraft gespürt habe, mich gegen meinen Vater aufzulehnen.

Ihr Bild besteht aus verschiedenen Symbolen: Blitz und Donner dafür, wie sie ihren Vater als Kind wahrgenommen hat. Ein Stern für den Glauben an ihre eigenen Fähigkeiten und ein Herz dafür, sich selbst und ihr Herz spüren zu können. Das Herz ist so klein, dass die anderen Frauen es nur schwer erkennen können. Frau Sonntag steht spontan auf, greift sich zwei rote Ölkreiden, legt sie auf Frau Sanders Bild und sagt: „Wenn es wirklich so ist, dass du dein Herz spüren kannst, dann male das Herz so groß, dass wir es sehen können.“ Fast andächtig greift Frau Sander zu einem der Stifte und malt ein Herz, das mindestens viermal so groß ist wie die anderen Symbole. Ihr Gesicht fängt an zu strahlen und sie sagt: „Das ist ein richtig gutes Gefühl!“

Frau Brandt: Djembe

- Zunächst fiel mir gar keine Person ein, die mich im besonderen Maße kritisieren würde. Auf einmal aber kam mir meine Schwester in den Sinn.

Schon früher hätte diese ihr nie richtig zugehört oder abwertende Dinge zu ihr gesagt. So auch, als sie ihr letztes von ihrer Idee zur Selbstständigkeit erzählte. Die Bemerkung der Schwester lautete: „Wer will denn so was kaufen?“. Bevor Frau Brandt eine Entgegnung einfiel, hatte die Schwester sich umgedreht und war gegangen. Frau Brandt fühlt sich in solchen Situationen wütend. Aber ein Kloß im Hals verhindert, dass sie sich verbal zur Wehr setzen kann. Auf der Djembe hätte sie den Rhythmus von „Wer kauft denn das, wer kauft denn das?“ und anschließend von „Halt die Klappe, halt die Klappe!“ gespielt. Gemalt hat sie ihre große Schwester, wie sie ihr die Hand auf den Kopf legt und sich gleichzeitig selbstverliebt im Spiegel betrachtet. Sie selbst hat Frau Brandt sehr klein, mit schlaff herunterhängenden Armen, einem dicken Balken auf Halshöhe und mit nicht sichtbaren Füßen, die im Boden oder im Wasser verschwinden, gemalt. Für ihre Sprachlosigkeit fällt ihr der Begriff „Paff“ ein, der verdeutlichen soll, dass sie es so nicht mehr ertragen kann. Sie berichtet, wie sie sich in einigen Situationen – auch auf der Arbeit – entblößt fühlt und dann einfach nicht mehr prompt und angemessen reagieren kann. Sie wünscht sich, diese Sprachlosigkeit loszuwerden. Auf meine Frage, ob sie eine Idee

hätte, was ihr dabei helfen könnte, schalten sich die anderen Frauen ein und berichten von ähnlichen Erfahrungen. Gemeinsam mit mir erarbeitet die Gruppe, dass es in einem ersten Schritt darum geht, das Muster zu erkennen und sich dann in der jeweiligen Situation der eigenen Gefühle bewusst zu sein: Denn wenn ich bei mir bin und mich selbst spüren kann, wird es auch leichter möglich, angemessen auf Angriffe von außen zu reagieren.

Frau Sonntag: Chimes

- Mir fiel es total schwer, mir ein Instrument auszusuchen. Selbst der Gong klingt noch zu schön für meine Mutter!

Ihr Spiel auf den Chimes hat das vollkommene Unverständnis ihrer eigenen Mutter ihr gegenüber ausgedrückt. Sie malt sich als Strichmännchen umrahmt von einem Kreis: Ihr Schutzkreis, in den sie sich aus Angst vor Verletzungen zurückzieht, der aber ganz weit weg von der normalen Welt ist. Immer wenn sie sich bedroht fühlt, auch heute noch, zieht sie sich dahin zurück. „Hoffentlich passiert mir das nicht in meiner Selbstständigkeit!“, fällt ihr auf einmal ein. Im Gespräch mit mir wird ihr bewusst, dass es auch einen Teil in ihr gibt, der gelernt hat, sehr gut auf sich selbst aufzupassen und dass sie, wenn es um ihre Arbeit geht, diesen Teil einsetzt.

Diese Einheit hat die Teilnehmerinnen und mich sehr bewegt. Alle Frauen haben sich sehr geöffnet und ihre Verletzlichkeit aber auch ihr großes Potenzial gezeigt. Schön, dass sie sich in der Gruppe so sicher fühlen, dass dies möglich ist. Zu Beginn des Termins habe ich überlegt, ob es angemessen ist, diese tiefgehende Arbeit an den „Introjekten“ anzuleiten oder ob ich auf einer etwas unverbindlicheren Ebene bleiben soll mit einer Fragestellung, wie: „Was sind die schwierigsten Erwartungen, die an Ihre Person als Existenzgründerin gestellt werden?“. Für diese Gruppe zu diesem Zeitpunkt scheint eine durchdringende und intensive Arbeitform zu dem Thema „Blockaden, Ängste und Existenzgründung“ jedoch richtig und sinnvoll gewesen zu sein. Wichtig ist bei einer solch therapienahen Methode, sich genügend Zeit für die Aufarbeitung und Einordnung zu lassen.

Nach der Pause leite ich über zu dem Thema: Wettbewerb – Überzeugen/Überzeugt sein. Ich frage die Frauen, was ihnen spontan zum Thema „Wettbewerb“ einfällt und schreibe am Flipchart mit:

- Alleinstellungsmerkmal
- Konkurrenz
- Abhebung
- Preispolitik
- Marktvolumen
- Nicht gegeneinander sondern miteinander

- Die eigenen Qualitäten hervorheben
- Angst
- Unsicherheit
- Kreativität
- Vertrauen
- Marktbeobachtung
- Flexibilität
- Trends verfolgen
- Als Person gefordert sein

Nach einer Diskussion, in der es um die Frage geht, wie es möglich ist, erfolgreich zu sein und im Wettbewerb zu bestehen, ohne sich selbst dabei zu verlieren, schlage ich eine Improvisation zu dem Thema „Überzeugen – Überzeugt sein“ vor. Diese Improvisation soll in Form eines „Probierhandelns“ erfolgen. Dies bedeutet, dass eine Teilnehmerin über eine konkrete Problemsituation aus ihrem Berufsalltag berichtet und diese Konstellation dann musikalisch-improvisatorisch umgesetzt wird.

Frau Sonntag meldet sich. Sie möchte versierter in Verkaufsgesprächen handeln können. Sie beschreibt mehrere Situationen, in denen sie sich unsicher gefühlt hat. Als Instrument für sich selbst sucht sie das Xylophon aus. Die drei anderen Frauen sollen mitspielen und sich ihr Instrument selbst auswählen. Frau Sonntag verteilt entsprechende Rollen an die Frauen:

1. Eine Kundin, die nur kaufen will, wenn es ganz billig ist (Pauke)
2. Eine Kundin, die gar nicht weiß, was sie eigentlich will (Bassschlitztrommel)
3. Eine starke Mitbewerberin und Konkurrentin (Djembe)

*Improvisation: Verkaufsgespräche*  
*Das nachfolgende Gespräch:*

Frau Sonntag freut sich, dass es ihr die ganze Zeit über gelungen ist, bei sich zu bleiben und die Konkurrentin gar nicht als Herausforderung erlebt hat. Frau Die-richs in Rolle 2 meldet zurück, dass sie dies stark gespürt und sehr überzeugend gefunden habe. Frau Sander in Rolle 1 merkt an: „Ich habe auch gemerkt, dass du ganz bei dir bist und dass du Spaß an der Arbeit hast. Aber ich habe mich mit meinen Bedürfnissen als Kundin damit nicht ganz ernst genommen gefühlt. Ich hätte mir in meiner Rolle noch mehr Überzeugungsarbeit von dir gewünscht und dass du mehr eingehst auf mich.“ Dies wird länger diskutiert und stellt für Frau Sonntag eine interessante Erkenntnis dar. Zum Schluss nimmt sie, so sagt sie, beide Sichtweisen mit nach Hause, ohne sie sofort auf einen Nenner bringen zu müssen:

1. Das Gefühl bei sich zu bleiben und sich damit wohl zu fühlen. (Ihr Eindruck während der Improvisation war, dass sie die Frau in Rolle 2 auch mit mehr Aufmerksamkeit nicht zum Kauf hätte überzeugen können.)

2. Frau Sanders Empfinden, dass auf sie als Kundin nicht ausreichend eingegangen wurde.

### *Abschluss:*

Die Frauen beginnen Hypothesen anzustellen und sich Gedanken zu machen im Sinne von „Was wäre, wenn du nicht ..., sondern ... gespielt hättest?“. Ich greife ein und bestehe darauf, das jeweilige Erleben in den Rollen stehen zu lassen, auch wenn es sich nicht (sofort) miteinander vereinbaren lässt. Beim Verlassen des Raumes legt Frau Brandt mir ihr gemaltes Bild auf den Tisch und sagt: „Dies lasse ich hier. Sie können damit machen, was sie wollen. Ich möchte das Alte endlich hinter mir zurück lassen.“

Vor der übungszentrierten Improvisation „Verkaufsgespräche“ habe ich mich gefragt, ob ein solch konkretes Thema in Form eines musikalischen Rollenspiels die Teilnehmerinnen auch ebenso konkret weiter bringen kann. Da jedoch in Verkaufsgesprächen, genau wie bei allen anderen Gesprächsformen, die Art des Kontakts zwischen Verkäuferin und Kundin ein ausschlaggebendes Kriterium für Erfolg oder Misserfolg darstellt, die emotionalen Schwingungen also eine wichtige Rolle spielen, scheint gerade die musikalische Improvisation, in der Atmosphärisches in besonderem Maße zum Ausdruck kommen kann, grundlegende Einsichten in das eigene Verhalten zu ermöglichen.

## **Evaluation**

Zur Evaluation des Projekts habe ich nach Abschluss des letzten Termins eine detaillierte schriftliche Befragung durchgeführt. Der eingesetzte Fragebogen (in Anlehnung an Tüpker 2001) umfasste insgesamt 19 nummerierte Fragen, die teils qualitativ und teils quantitativ ausgerichtet waren. Die (in verkürzter Form dargestellten) Ergebnisse beziehen sich ausschließlich auf die beschriebene Coaching-Gruppe mit 4 Teilnehmerinnen. Sie sind von daher nicht als repräsentativ anzusehen. Die Auswertung soll beispielhaft demonstrieren, wie ein „kreativ-künstlerisches“ Angebot in der beruflichen Weiterbildung evaluiert werden kann. Die Ergebnisse werden in qualitativer Form dargestellt, wodurch das Erleben der Teilnehmerinnen in Bezug auf den Coaching-Verlauf herausgearbeitet werden soll. Durch das Material, das von jeder einzelnen Teilnehmerin vorliegt, lassen sich durch eine qualitativ-interpretierende Vorgehensweise erste Antworten zu der Fragestellung ableiten, ob der Einsatz von musiktherapeutischen Methoden in der beruflichen Weiterbildung sinnvoll sein und vor allem auch „funktionieren“ kann.

## Ergebnisse

Was motiviert Existenzgründerinnen sich für ein Coaching-Angebot mit kreativ-künstlerischen Methoden anzumelden, wollte ich von den Teilnehmerinnen wissen. Die Antworten:

- Um mich weiterzuentwickeln.
- Ich stecke gerade in der Gründungsphase und hatte vor dem Seminar das Gefühl: Es geht nur schleppend weiter. Ich verspürte den Wunsch nach Unterstützung. Ich hatte die Erwartung, hier könnten meine Gedanken wieder in Fluss kommen.
- Blockaden die bearbeitet werden wollen. Durchweg kreativ sein zu können.
- Ich wollte mich durch nichtverbale Medien noch mehr mit meiner Existenzgründung auseinandersetzen, da ich glaubte, meinen Fähigkeiten noch mehr auf die Spur zu kommen. Zum anderen auf nonverbale Weise meine Ängste u. Befürchtungen anzuschauen.

Die anschließende Frage lautete: „Haben sich ihre Erwartungen erfüllt, sind sie enttäuscht worden, haben sie sich verändert?“ Darauf antworteten die Teilnehmerinnen:

- Meine Erwartungen haben sich mehr als erfüllt
- Das Seminar war eine Bereicherung für mich. Ich selber spiele kein Instrument und war beeindruckt, dass ich mich durch Instrumente ausdrücken und entspannen kann.
- [...] Ich bin erfreut über das was war. Erwartungen haben sich z. T. erfüllt. Das Unerfüllte liegt jedoch in meiner Person begründet [...].
- Meine Erwartungen haben sich sehr erfüllt. Ich habe Ausdrucksformen gefunden, von denen ich nicht wusste, dass sie mir helfen, zu mir zu finden. Der Kurs hat mich in meinem Findungsprozess sehr bestärkt. Ich habe eine vertrauensvolle Atmosphäre erlebt, die mich eingeladen hat, mich verbal und nonverbal zu öffnen.

Die Aussagen weisen darauf hin, dass Wünsche der Existenzgründerinnen nach Unterstützung, Weiterentwicklung, Bearbeitung von Blockaden und Ängsten, Kreativität und In-Fluss-Kommen sich – unter anderem auch durch den musikalisch-improvisatorischen Ausdruck – realisieren konnten.

Aus den Antworten auf die Frage, welche Bedeutung die Beschäftigung mit den einzelnen Themen (z. B. Vision, Meine Stimme, Stärken und Fähigkeiten) für die Teilnehmerinnen hatte, wird deutlich, dass für jede Frau ganz unterschiedliches im Vordergrund stand. Interessant ist, dass insgesamt gesehen, jedem der 8 von mir vorgegebenen Themen mindestens einmal eine wichtige Bedeutung beigemessen wird. Während zum Beispiel eine Frau sich in der Vergangenheit schon ausgiebig mit ihren „Stärken und Fähigkeiten“ beschäftigt hat, äußern sich andere Frauen zu diesem Themenbereich mit den Worten:

- habe ich noch mehr kennengelernt; waren sehr wichtig
- [...] Die Bedeutung ist groß, ich bin weiter gekommen, erkenne mich besser, glaube an mich!

Als zusätzliches, von mir nicht abgefragtes Thema, das die Teilnehmerinnen als persönlich wichtig empfunden haben, nennen drei der Frauen die Rückmeldungen dazu, wie sie von den anderen wahrgenommen wurden. Dies deutet darauf hin, dass gerade der persönliche Austausch und die Ermutigung innerhalb einer Gruppe für Existenzgründerinnen, die als selbstständig Tätige zum großen Teil auf sich allein gestellt sind, eine sinnvolle Form der persönlichen Auseinandersetzung während der Gründungsphase darstellt.

Instrumente, die den Frauen besonders wichtig waren, sind:

- Trommel: Kann mich damit am besten ausdrücken. Entspricht meinem Temperament. Direkter Kontakt mit den Händen.
- Leier: beruhigend; Ocean Drum: Gute Ausdrucksmöglichkeit meiner Situation, PN] [...] aber auch das Xylophon.
- Klavier: Mit diesem Instrument konnte ich meine Gefühle am klarsten ausdrücken.
- Chimes: Entsprechend vom Klang her meiner Stimmungslage. Durch mehrere Stäbe zum Anschlagen konnte ich meine ungewisse Situation noch mehr ausdrücken. Konnte meine gegenwärtige Stimmungslage durch aktives Tun ausdrücken. Alles um mich herum vergessen.

Das Spiel auf den Instrumenten hat den Frauen eine nonverbale Ausdrucksmöglichkeit für die eigenen Gefühle, Stimmungslagen und Unsicherheiten geboten. In den Beschreibungen von konkreten Improvisationen wird noch stärker deutlich, welche Bedeutungskraft das freie musikalische Spiel für die einzelnen Frauen hatte:

- Wir erhielten die Aufgabe uns vorzustellen, wie unsere Räumlichkeiten in der Selbstständigkeit aussehen würden, z. B. ob ein Schreibtisch darin stehen sollte. Während der Improvisation spielte ich auf der Schlitztrommel. Nach Aufgabenstellung hatte ich permanent einen gläsernen Schreibtisch vor Augen (Assoziation zu dem einer Freundin, der mir gut gefiel). Dieser Schreibtisch stand in einem von Bäumen verdunkelten Zimmer. Ich war sehr beunruhigt, da ich glaubte, dass in dem dunklen und abseits gelegenen Raum keine Klienten kommen würden. – Das Schlagen auf das Instrument wirkte lange Zeit disharmonisch auf mich, bis ich Töne fand, die mir Sicherheit gaben und ich letztendlich zu mir fand und somit auch den Frieden in mir.
- Vibrierende Holzbank: chaotisches wildes Durcheinander – dumpfe eintönige langsame Tonfolge – harmonisches Spiel entspricht meinem jetzigen Zustand: viele Ideen, besessenes Arbeiten, Chaos im Kopf, energetisches Ungleichgewicht – es folgte die Depression – der Wunsch ist innere Ruhe + Ausgeglichenheit.

Zwei der Teilnehmerinnen bejahen die Frage, ob die einzelnen Termine des Coachings Auswirkungen auf ihren Existenzgründungs-Prozess hatten:

- Vorstellungen wurden konkreter. Entwicklung in der Person und in der Tätigkeit.
- Ich stehe stabiler, kann mit Schwankungen, Selbstzweifeln natürlicher und sicherer umgehen. Mein Bezug zu mir selbst ist allg. natürlicher, sicherer, stabiler, schöner geworden.

Die beiden anderen Frauen geben an:

- Manchmal beobachtete ich bei mir, dass Rückmeldungen von Kursteilnehmerinnen mich in der darauffolgenden Woche zum Nachdenken brachten, so dass mir bewusst wurde, welche Priorität die Existenzgründung für mich hat. Manchmal konnte ich keine Auswirkungen bei mir beobachten.
- Ich weiß es nicht. Es hat mich allgemein bereichert und auf lange Sicht gesehen wirkt es sich sicherlich auf meine persönliche Entwicklung aus. Dazu gehört letztlich auch der Gründungsprozess.

Besonders wichtig in Bezug auf die von mir in der Konzeptionsphase des Coachings formulierten Annahmen ist die folgende Frage: „Nach Ihren persönlichen Erfahrungen der letzten Wochen: In wieweit empfinden Sie ein Angebot, das mit kreativen Erkenntnis-Methoden (insbesondere der musikalischen Improvisation) arbeitet, als hilfreich für den persönlichen Prozess während der Existenzgründung?“. Die Antworten der Teilnehmerinnen lauten:

- Ich halte das Angebot für sehr wichtig. Auf diese Weise kann ich mich mit bestimmten Fragestellungen durch aktives Tun in entspannter und strukturierter Atmosphäre auseinandersetzen.
- Es hilft loszulassen und einen klaren Kopf zu bekommen. Das ist wichtig für die Gründung, vor allem, wenn man blockiert ist und nicht weiterkommt.
- Besonders hilfreich u. wichtig. Es ist sehr leicht darüber mit sich in Kontakt zu treten, sich zu fühlen, sehen und verstehen.
- Richtig gut! Insbesondere die Musik. Impro gibt die Möglichkeit mich auszudrücken, was mit Worten vielleicht nicht so zum Ausdruck käme.

Nachfolgend haben alle Teilnehmerinnen das Feld zu der Aussage angekreuzt: „Das Kreative Coaching ist/war für mich ein hilfreicher Bestandteil meines Existenzgründungs-Prozesses.“

Auch wenn die hier vorgestellten Ergebnisse zunächst nur für eine Gruppe von Teilnehmerinnen gelten, ist doch an diesem Beispiel deutlich geworden, dass der Einsatz von musiktherapeutischen Methoden eine ganz besondere Art des Ausdrucks und der Auseinandersetzung mit beruflich-persönlichen Themen ermöglichen kann. Ob das Angebot in dieser Form auch für weitere Gruppen von Existenzgründerinnen und, weiter gedacht, auch für Angehörige anderer Berufsgruppen als

Bereicherung für berufliches Handeln erfahren werden kann, müssen zukünftige Projekte dieser Art zeigen.

### Abschließende Bemerkungen

Der Einsatz von musiktherapeutischen Methoden in der beruflichen Weiterbildung ist momentan noch eine vergleichsweise neue Arbeitsform. Aber gerade vor dem Hintergrund einer ganzheitlich verstandenen Weiterbildung, die neben der Förderung von fachlichen Fähigkeiten ebenso Wert auf die persönliche Entfaltung der und des Einzelnen legt, lässt sich die Verbindung von Musiktherapie und beruflicher Weiterbildung begründen. Die in diesem Beitrag skizzierten veränderten Anforderungen im Arbeitsleben lassen die Schlussfolgerung zu, dass auf veränderte berufliche Anforderungen mit einer ebenfalls veränderten Weiterbildung reagiert werden muss. In all den Bereichen beruflicher Weiterbildung, in denen die Akkumulation von Wissen und fachlichen Fähigkeiten nicht ausreicht, um Möglichkeiten zur Bewältigung von komplexen Aufgaben aufzuzeigen, sondern „kreativ-improvisatorisches“ Können gefragt ist, könnte die Anwendung von Methoden aus der Musiktherapie eine Bereicherung an wirkungsvollen Arbeitsformen darstellen.

### Literatur:

- Aichner, Martina/Heilinger, Anneliese (2002): Spieglein, Spieglein an der Wand, wer oder was ist besser, professioneller, höher bezahlt und insgesamt attraktiver.  
In: Angelika Strauß/Peter Awecker (Hrsg.): Coaching. Innsbruck, Studienverlag. 29–43
- Arnold, Rolf (1999): Weiterbildung und Beruf. In: Rudolf Tippelt (Hrsg.): Handbuch Erwachsenenbildung/Weiterbildung. Opladen, Leske + Budrich. 245–256
- Franks, Lynne (2000): Weiblich Wirtschaften – Der kreative Weg zu Selbständigkeit und geschäftlichem Erfolg. München, Riemann
- Huck-Schade, Johanna Maria (2003): Soft Skills auf der Spur. Soziale Kompetenzen: weiche Fähigkeiten – harte Fakten. Weinheim, Beltz
- Dies. (2001): Neue kreative Wege im Seminar – Ein Methodenbuch für den ideenreichen Einsatz von Materialien. Weinheim, Beltz
- Knill, Paolo J. (1992): Ausdruckstherapie – Künstlerischer Ausdruck in Therapie und Erziehung als intermediale Methode. Lilienthal, Eres
- Kühn, Manfred (1993): Musik gegen den Alltag. Zur Bewältigung von Krisen und Konflikten in sozialen Berufen. In: Zs. f. Sozialtherapie, 6/7, 56–63

- Landesinstitut für Qualifizierung NRW (Hrsg.) (2002): Arbeitswelt- und berufsbezogene Weiterbildung – Ein Diskussionsbeitrag zu einem neuen Entwicklungsfeld. Bönen, Verl. f. Schule u. Weiterbildung
- Lang, Rudolf (2000): Schlüsselqualifikationen. Handlungs- und Methodenkompetenz, Personale und Soziale Kompetenz. München, dtv
- Pavlicevic, Mercédèdes (2003): Groups in Music. Strategies from Music Therapy. Jessica Kingsley, London
- Pirzer, Alexandra (2000): Staatliche Förderung der beruflichen Weiterbildung – Ziele, Maßnahmen und Zweckmäßigkeit. Hohengehren, Schneider
- Rauen, Christopher (2000): Varianten des Coachings im Personalentwicklungsbereich. In: Ders. (Hrsg.): Handbuch Coaching. Göttingen, Hogrefe, 41–67
- Rogers, Natalie (2001): The Creative Connection – Expressive Arts as Healing. Ross-on-Wye, PCCS Books
- Schreyögg, Astrid (2003): Coaching – Eine Einführung für Praxis und Ausbildung. Frankfurt, Campus
- Timmermann, Tonius (2003): Musiktherapeutische Selbsterfahrung – Plädoyer für eine moderne Form von Seelsorge in der säkularen Gesellschaft. Musiktherapeutische Umschau 24, 1., 4–52
- Tüpker, Rosemarie (2001): Musiktherapeutische Konzepte mit alten Menschen. In: Rosemarie Tüpker/Hans Hermann Wickel (Hrsg.): Musik bis ins hohe Alter – Fortführung, Neubeginn, Therapie. Münster, 87–142
- Weymann, Eckhard (2004): Zwischentöne. Psychologische Untersuchungen zur musikalischen Improvisation. Gießen, Psychosozial

Pia Neiwert, Twenteweg 49, 48161 Münster, [neiwert@gmx.de](mailto:neiwert@gmx.de)