

Anna Lisa Prechtl

Evaluation des musiktherapeutischen echt stark-Projekts – ein präventives Projekt für Mädchen im Alter von 10–11 Jahren zur positiven Entwicklung des Selbstwerts

Keywords

Prävention – Selbstwert – Mädchen – körpereigene Instrumente – körperliche Veränderungen – Pubertät

Hintergrund

Das Grundbedürfnis nach Selbstwerterhöhung und Selbstwertschutz korreliert mit psychischer Gesundheit. Selbstbewertungen sind in der frühen Kindheit unrealistisch hoch und sinken bis zum mittleren Jugendalter ab. Weibliche Jugendliche weisen häufiger eine Abnahme des Selbstwerts auf als männliche. Die Entwicklung des Selbstwerts hängt auch davon ab, wie gut die Entwicklungsaufgaben bewältigt werden. Die körperlichen Veränderungen in der Pubertät nehmen hierbei eine zentrale Rolle ein.

Projektidee: Im echt stark-Projekt werden Spielideen zu Instrumenten, Stimme und Bodypercussion angeboten, ein Selbstwert stärkendes Feedback (direkt/indirekt) kommt zum Einsatz und die Hilfs-Ichs »Lotte und Cleo« schaffen Gesprächsangebote über die Themen der Mädchen.

Workshop: Musiktherapeut.innen, die sich für das Projekt interessieren, nehmen am Workshop teil, welcher die eigene Projektdurchführung zum Ziel hat.

Forschungsfragen

- Kann das echt stark-Projekt zu einer positiven Entwicklung des Selbstwerts beitragen?
- Was sind wirksame Faktoren des Projekts?
- Bestehen Zusammenhänge zwischen dem Einsatz von körpereigenen Instrumenten und einer positiven Entwicklung des Selbstwerts?

Methoden

Studiendesign: Mixed Methods, Explanatory Design ($N=90$). Einschlusskriterien: Mädchen im Alter von 10–11 Jahren. Ausschlusskriterien: Diagnosen psychischer Erkrankungen. Durchführung: 15 echt stark-Projekte mit jeweils sechs Mädchen.

Quantitativ: Es kommen zwei standardisierte Tests zum Einsatz: *Aussagen-Liste zum Selbstwertgefühl für Kinder und Jugendliche* (ALS) und *Hamburger Neurotizismus- und Extraversionskala für Kinder und Jugendliche* (HANES-KJ), welche die Mädchen ausfüllen.

Qualitativ: Leitfadeninterviews ermitteln Inhalte des Projekts, welche die Teilnehmerinnen als hilfreich empfunden haben. Die Interviews werden durch die Projektleiterin und mit der Studie betrauten Mitarbeiterin durchgeführt. Sitzungsprotokolle der Musiktherapeut:innen geben Aufschluss über inhaltliche Schwerpunkte. Tonaufnahmen der Musik geben Aufschluss über den Einsatz körpereigener Instrumente.

Ergebnisse

In der Pilotphase konnte durch den Einsatz des standardisierten Fragebogens ALS eine Steigerung der Prozenträge beim Selbstwert-Test bei der Hälfte der Teilnehmerinnen gemessen werden. Die Mädchen nutzten rege die Möglichkeit für Spiel und Gespräch, zeigten sich hierbei sehr offen und haben regelmäßig am Projekt teilgenommen. Die Teilnehmerinnen musizierten mit Instrumenten und körpereigenen Klängen. Sie nutzten auch untereinander die Möglichkeit des Selbstwertstärkenden Feedbacks.

Diskussion

Die Steigerung der Prozenträge beim Selbstwert-Test in der Pilotstudie zeigt, dass sich das Selbstwertgefühl von Mädchen im Alter von 10–11 Jahren positiv beeinflussen lässt. Genauere Angaben zu den Wirkfaktoren des Projekts soll die laufende Forschungsarbeit liefern.

Ausblick

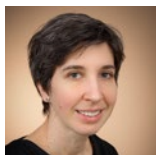
Nach erfolgter Evaluation soll der Workshop interessierten Musiktherapeut:innen regelmäßig angeboten werden. Das echt stark-Projekt versteht sich als Baustein zur Erhaltung und Förderung der Gesundheit junger Mädchen und nutzt dazu die Qualitäten musiktherapeutischen Handelns und Erlebens beim gemeinsamen Musikmachen. Derzeit sind Möglichkeiten der Vernetzung mit anderen musiktherapeutischen Angeboten aus dem Bereich der Prävention im Gespräch.

Förderung

Projektförderungen durch die *Andreas Tobias Kind Stiftung* und die *Behörde für Wissenschaft, Forschung und Gleichstellung, Hamburg*.

Veröffentlichungen

Prechtl, A. L. (2018). Musiktherapeutische Prävention für 11-jährige Mädchen am Beispiel des Selbstwerts, eine Fallstudie über das Projekt echt stark. In A.-K. Jordan, E. Pfeifer, T. Stegemann & S. Lutz Hochreutener (Hrsg.), *Musiktherapie in pädagogischen Settings, Impulse aus Praxis, Theorie und Forschung* (S.185–203). Münster: Waxmann.



Anna Lisa Prechtel, Hamburg
lisa.prechtel@gmx.net

MUSIKTHERAPEUTISCHE UMSCHAU | Themenhefte

- | | |
|--|--|
| 2020 40 Jahre Musiktherapeutische Umschau | 2004 Neurowissenschaften und Musiktherapie – eine erste Annäherung |
| 2019 Fehlerkultur | 2002/2003 Ambulante Musiktherapie |
| 2017 Übergänge | 2001 Tinnitus |
| 2016 Das Lied in der therapeutischen Arbeit | 2000 20 Jahre Musiktherapeutische Umschau |
| 2015 Dissonanzen | 1999 Musiktherapie in der Onkologie |
| 2014 Spezifisch musiktherapeutisch? Kompetenzen und Potenziale | 1998 Musiktherapie mit Kindern |
| 2013 Saiten, Felle, Bits und Bytes ... Instrumente in der Musiktherapie | 1997 Musiktherapie in der Altenarbeit/ Demenz |
| 2012 Scham. Lautloses Tosen | 1996 Supervision in der Musiktherapie |
| 2011 Künstlerische Therapien – Entwicklungen und Kooperationen | 1996 Forschung in der Musiktherapie |
| 2010 Rhythmus | 1994 Musiktherapie und Geistige Behinderung |
| 2009 »Mit Herz und Hand – der Zukunft zugewandt«. Musiktherapie in Deutschland nach 1989 | 1993 Klang und Trance – Neue Wege der rezeptiven Musiktherapie |
| 2008 Die Stimme im therapeutischen Dialog | 1992 Das Klavier in der Musiktherapie |
| 2007 Spiritualität und Musiktherapie | 1991 Indikation |
| 2006 Gesellschaftliche Herausforderungen – Musiktherapeutische Antworten | 1990 Einsatz der Stimme in der Musiktherapie |
| 2005 Atmosphären | 1989 Essstörungen |
| 2004 Musiktherapeutische Umschau – 25 Jahre | 1988 Autismus |

Nähere Informationen und Bezug: info@musiktherapie.de