

## Das Gespräch suchen

*Krankheiten verständlich gemacht – nicht nur für Kinder*

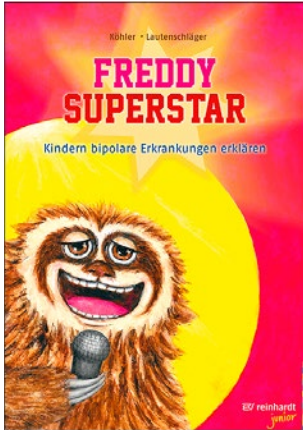
Die Reihe »reinhardt junior« des Verlags Reinhardt (München) macht Kindern die Erkrankungen ihrer Eltern und deren Auswirkungen auf das Zusammenleben in der Familie verständlich. So unterschiedlich die Bücher auch angelegt sind, gelingt es in den emotional bewegenden Geschichten ohne Ausnahme, die Perspektiven aller Beteiligten verständlich einzufangen und Lösungen anzubieten, ohne die Problematik zu verharmlosen.

**Francis Kaiser:** »WILMO« – ein realitätsnahes, warmherziges und mutiges Bilderbuch über das Familienleben mit einer an Depression erkrankten Mutter.

Schon die erste Seite zeichnet ein dramatisches Bild: eine Mutter, die angespannt-traurig ins Leere starrt, während ihre Kinder vergeblich versuchen, von ihr eine Antwort zu bekommen. Alles ist ihr zu viel, zu laut, zu schnell, der Familienalltag kostet sie unheimlich viel Kraft. Die Versuche der Kinder, die Mutter wieder fröhlich zu machen, die Überforderung des Vaters und die Schuldgefühle der Mutter sind kindgerecht stark in Szene gesetzt. Die Mutter geht für längere Zeit in die Klinik, Oma und Opa unterstützen den Vater, die Stimmung hellt sich zunehmend auf, besonders, als die Mutter wieder nach Hause kommt und WILMO mitbringt, ein freundliches Fellmonster mit gelber Wollmütze und rosa Gartenschuhen, das nun mit darauf aufpasst, dass die Mutter mit ihren Bedürfnissen nicht zu kurz kommt: »Ich konnte mich eine Zeit lang nicht gut um mich kümmern,« erklärt Mama. »Es fiel mir schwer, mich selbst zu mögen. Und nun stellt Euch vor, dass die Depression wie ein kleines Wesen in mir wohnt. Es möchte, dass ich gut auf mich selbst aufpasse, es möchte gesehen und gehört werden ...« (S. 28). Erzählt wird die Geschichte aus Kinderperspektive. In den sehr ausdrucksstarken und mit viel Liebe zum Detail gemalten Bildern wandelt sich bedrückendes Grau nach und nach in ein sanftes Grün, wodurch der Stimmungswechsel fühlbar und Familien mit einem Depressionsgeschehen der Leistungsdruck genommen wird, es müsse am Ende alles wieder ausgelassen fröhlich, laut und bunt sein. Gemalt und geschrieben wurde WILMO von einer Kunst-, Literatur- und Erziehungswissenschaftlerin, die persönlich erfahren hat, was es heißt, als Mutter an einer Depression zu erkranken. Ich empfinde es als äußerst mutig, anderen die eigene Krankengeschichte zur Verfügung zu stellen und damit das Verständnis aller Beteiligten zu erhöhen. Dies ist ein Beispiel für einen Weg aus der Depression und dafür, wie sich Hoffnung weitergeben lässt.



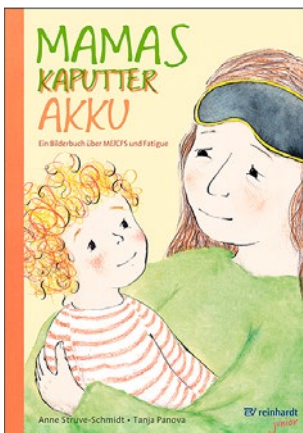
Einen ganz anderen Charakter hat das Buch von **Daniela Köhler** und **Yvonne Lautenschläger**: »FREDDY SUPERSTAR« – eine spannende Geschichte für Kinder ab drei Jahren, die ihnen Verhaltensweisen von Menschen mit einer *bipolaren Erkrankung* erklärt. Einen gewissen Selbsthumor müssen Betroffene mitbringen, wenn sie sich in dieser Geschichte als Faultier FREDDY wiederfinden. FREDDY ist aber sehr sympathisch gezeichnet und wächst einem schnell ans Herz. Dafür sorgen auch seine drei Freunde,



das Tapirmädchen Tabea, der Frosch Felipe und der Papagei Pao-lo, die sich Sorgen machen, weil der sonst so abenteuerlustige Freddy nicht mehr von seinem Ast loskommt und sich über nichts mehr freuen kann. Die Freunde tun, was sie können, aber nichts hilft. Bis Freddy eines Tages plötzlich wie ausgewechselt vor Energie nur so stotzt und ein Rockkonzert initiiert, bei dem er sich tüchtig blamiert. Als er sich auch noch mit einem Puma anlegt und von seinem Ast wie Superman in die Tiefe springt, wird Onkel Uhu zu Rate gezogen, der die »Gefühlskrankheit« diagnostiziert und ihm eine Medizin und Verhaltensregeln verordnet: »[...] bis deine Gefühle wieder hin- und herfließen ohne stecken zu bleiben« (S. 25). In dieser lebendig bebilderten und mit warmen freundlichen Farben reich ausgeschmückten Geschichte ist der Erzähler der Ruhepol, der durch alle besorgniserregenden, an-

strengenden und aufregenden Phasen erklärend und ordnend führt, bis am Ende unterm Regenbogen alles gut wird. »Alles gut« heißt hier, dass die Freunde Hilfe holen, dass sie zusammenbleiben und die Herausforderungen der bipolaren Problematik gemeinsam angehen.

Anders als WILMO wurde dieses Buch von Frauen gestaltet, die sich als betroffene Angehörige beziehungsweise als Außenstehende für das Thema stark machen. Zusätzlich beraten ließen sich die Kommunikationswissenschaftlerin Daniela Köhler und die Künstlerin Yvonne Lautenschläger von einer Psychologin, die bipolare Erkrankungen seit ihrer Kindheit als Angehörige kennt und viele Jahre mit Kindern und Jugendlichen gearbeitet hat.



Hochaktuell beschäftigen sich Anne Struve-Schmidt und Tanja Panova in »MAMAS KAPUTTER AKKU« mit ME/CFS oder *Fatigue-Symptomatik*. Feinfühlig erzählt dieses Kinderbuch von der tragischen Veränderung, wenn die Mutter da, aber nicht mehr belastbar und verfügbar ist. Die vierjährige Lotte versteht die Welt nicht mehr und fragt sich, ob sie etwas falsch gemacht hat, weil die Mutter nur noch im dunklen Zimmer liegt, nicht mehr mit ihr spielt und sich mit den Worten »Ich kann nicht!« erschöpft von ihr abwendet. Wütend ist Lotte und traurig, würde am liebsten schreien und traut sich nicht, weil die Mutter Lautstärke nicht verkraftet. Von den Anforderungen und der Sorge erdrückt, verliert auch der Vater zunehmend an Energie. Zum Glück wird er bald von Oma und Tante Polly entlastet. Ein von der Mutter geschenktes Stoffkrokodil begleitet Lotte über-

all hin und hilft beim Trösten. Die Krankheit wird ihr mit dem Bild eines kaputten Akkus erklärt, der sich nicht mehr richtig auflädt. Es werden Möglichkeiten gefunden, wie sie ihre Gefühle ausleben kann, und wie ihre kindlichen Bedürfnisse nach Nähe und Lebendigkeit Raum bekommen. Abends berichtet Lotte ihrer Mutter davon und macht mit ihr etwas Schönes, das möglichst wenig Energie kostet. Besonders beeindruckt mich die Behutsamkeit, mit der die approbierte Kinder- und Jugendlichenpsychotherapeutin und ME/CSF-Betroffene Anne Struve-Schmidt die Geschichte

erzählt, wobei Erzählstil und Zeichnungen wunderbar miteinander korrespondieren, als wären sie eins. In zarten Farben und mit wenigen klaren Strichen lässt die international mehrfach ausgezeichnete Kinderbuchillustratorin Tanja Panova ihre Figuren lebendig werden und in Beziehung zueinander treten.

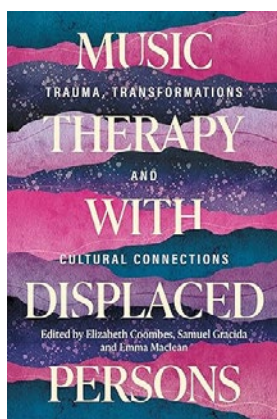
Alle drei Bücher sind gelungene Aufklärungsbücher für die ganze Familie und enthalten zusätzlich Informationsmaterial zu Hilfsangeboten und Handlungsmöglichkeiten, das über einen QR-Code abgerufen werden kann. Die Bücher sind leitliniengerecht aufbereitet und teilen die Einstellung: »Psychische Erkrankungen mögen herausfordernd sein, aber mit Offenheit, Verständnis und der richtigen Unterstützung können Sie gemeinsam als Familie daran wachsen. Denken Sie daran: Es gibt immer Hilfe, und es ist immer eine gute Idee, das Gespräch zu suchen – auch und gerade mit den Kleinsten« (FREDDY SUPERSTAR, S. 31).

Ein viertes in der »reinhardt junior«-Reihe erschienenes Bilderbuch ist ein Must-have für alle, die mit den Auswirkungen des Fetalen Alkoholsyndroms beziehungsweise der Fetalen Alkoholspektrumstörung konfrontiert sind: Reinhold Feldmann und Anke Noppenberger: »FAS(D) perfekt durch den Alltag«. Ein erfrischendes Lehrbuch für Kinder und Erwachsene über die besonderen Herausforderungen dieser Problematik und wie sie gemeistert werden können. Dem Psychotherapeuten und der Sozialpädagogin ist es in diesem Buch hervorragend gelungen, ihr umfangreiches Wissen und ihre Erfahrungen aus langjähriger Tätigkeit in einer FAS(D)-Ambulanz (Reinhardt) und verschiedenen Einrichtungen der Kinder- und Jugendhilfe (Noppenberger) zu bündeln und ansprechend aufzubereiten. Im ersten Teil mit vielen Bildern und wenig Text lehrt der Schneemann Belissimo, was genau FAS(D) mit den Kindern macht, dass es sehr anstrengend für alle ist, und was man tun kann, damit es einfacher wird. Anhand seiner vier Freunde Lissi, Mo, Leon und Katze Kringel verdeutlicht Belissimo die unterschiedlichen Aspekte und Schwierigkeiten dieses vielschichtigen Handicaps. Er zeigt, dass jedes Kind einzigartig ist und deshalb auch seine eigenen Regeln und Bedingungen braucht, so wie der Schneemann die Kälte statt einen warmen Sommertag. Auch Geschwisterkinder werden in den Blick genommen und Eltern, Adoptiv-, Pflege-, Großeltern und Betreuer:innen erhalten praktische Tipps, ohne dass es belehrend wirkt. Der letzte Teil mit viel Text und wenigen Bildern greift ganz bestimmte Problemstellungen nochmal vertieft auf und gibt ausführliche und gut sortierte Hintergrundinformationen. Das Buch ist auch für kleinere Kinder (ab vier Jahren) geeignet und macht auf die Problematik aufmerksam, ohne zu verurteilen. Belissimo, in dem man unschwer den Autor wiedererkennt, sagt zu den Erwachsenen: »Ihr Leben mit Lissi, Mo oder Leon ist FAS(D) perfekt, wenn Sie gemeinsam so durch den Tag gekommen sind, dass Sie die drei am nächsten Tag gern wiedersehen und diesen mit ihnen gestalten wollen.«

Eine klare Empfehlung für alle vier!



E. Coombes, S. Gracida, E. Maclean (Hrsg.):  
*Music Therapy with Displaced Persons*. Jessica  
 Kingsley Publishers London 2025, 288 Seiten,  
 € 40,59.



Das englischsprachige Buch mit einem Vorwort von V. Krüger richtet sich an alle Musiktherapeut:innen, die ihren Beruf als humanitären Auftrag verstehen und vertriebene Menschen nachhaltig und wirkungsvoll mit musiktherapeutischen Maßnahmen unterstützen wollen.

Welche Bedürfnisse haben Menschen, die von zwangsweiser Vertreibung betroffen sind? Welche musiktherapeutischen Settings, Methoden und Interventionen sind geeignet, um Wege der Umgestaltung zu begleiten und interkulturelle Brücken zu schlagen?

Auch in Deutschland lebende geflüchtete, asylsuchende und binnenvertriebene Menschen können durch musiktherapeutische Angebote im Sinne der Menschenrechtsförderung unterstützt werden. Die Musiktherapeutische Um-

schau (wie auch der Blog bei musiktherapie.de) ist auf dieses Thema mit etlichen Dokumentationen aus der vielfältigen musiktherapeutischen Praxis im Forum Migration von 2016 bis 2018 eingegangen, weshalb es sehr erfreulich ist, dass dieses wichtige und herausfordernde Thema nun aus internationaler Perspektive behandelt wird.

Der *erste* Abschnitt widmet sich der Traumarbeit und traumasensiblen Musiktherapie:

- Perspektiven aus der Neurowissenschaft werden aufgegriffen. Neben rezeptiven Herangehensweisen wird ein Modell aus der narrativen Musikpsychotherapie vorgestellt. Das Beispiel *Safe & Sound* steht dabei für eine präventive, kultur- und traumasensible Maßnahme.

Der *zweite* Teil umfasst Überlegungen zur Unterstützung sozialer Prozesse:

- Das Heidelberger Projekt »Bridges« verbindet Musiktherapie-Gruppen mit Einzelmusikunterricht, Band-Workshops und Konzerten und stellt einen kreativen Ansatz dar, indem musikpädagogische sowie -therapeutische Herangehensweisen miteinander verwoben werden. Community Music Therapy mit Kindern in Transitlagern in Griechenland wird mit einem selbstreflexiven Ansatz behandelt. Obwohl mit musiktherapeutischen Interventionen in Transitflüchtlingslagern viele Herausforderungen verbunden sind, haben sie das Potenzial, dass Kinder diesen Ort als freundlicher und sicherer erleben können.

- Besonders hervorzuheben ist die Idee, in den besetzten palästinensischen Gebieten Trainingsprojekte anzubieten, um Musiktherapie-Kompetenzen zu vermitteln. Ziel ist es, Menschen vor Ort dazu zu befähigen, musikbasierte Arbeit zu leisten und interaktives therapeutisches Musizieren zu integrieren.

Im *dritten* Teil des Buches geht es darum, kulturelle Verbindungen zu gestalten:

- Vertriebene können ihre Geschichte mit Hilfe von therapeutischem Songwriting durch Musik erzählen. Hierbei kann ein demokratischer Prozess entstehen, wenn unterschiedliche Ideen ineinanderfließen.
- Kinder können durch das Komponieren ihrer eigenen »Reiselieder« beginnen, schwierige Emotionen besser zu verarbeiten. Ein biopsychosoziales Modell zeigt verschiedene Grundthemen und Herausforderungen auf, mit denen Kinder mit Fluchterfahrungen häufig konfrontiert sind.
- Der Song »All the Same« eines Asylbewerbers, der während seiner obligatorischen Offshore-Haft entstand, wurde zur Hymne vieler Freiheitskundgebungen gegen unbefristete Haftstrafen. Die Entstehungsgeschichte des Songs lässt sich hier nachlesen.

Fazit: Es werden vielfältige Möglichkeiten aufgezeigt, um vertriebene Menschen zu unterstützen und das innovative Buch inspiriert in vielerlei Hinsicht. Wünschenswert wäre gewesen, wenn auch noch ein Beitrag zur klinischen Gruppenmusiktherapie enthalten wäre, an denen Menschen mit und ohne Erfahrungen zwangsweiser Vertreibung teilnehmen. Welches Potenzial steckt in diesem Setting?

Die Stärke des Buches liegt in den Anregungen für die direkte Arbeit mit Einzelpersonen und Gruppen, in der Weiterentwicklung und Adaption von Interventionen und den

Überlegungen zur weiteren Forschung. Es zeigt, dass Musik und Musiktherapie geeignete Wege bieten, um Traumata zu überwinden, sozialen Wandel zu unterstützen und kulturelle Verbindungen mitzugestalten.

*Lisa Precht, Hersbruck*