



# Ganzheitliches Lernen Trommeln in Trainings Carolien van der Houwen

Ein zweitägiges Seminar ist zu Ende. Die Wände des Seminarraumes sind mit Flipcharts und bunt gefärbte Kärtchen mit Management-Jargon tapeziert. Mann spürt dass hier hart gearbeitet wurde. Die Teilnehmer erholen sich von der schweren Kopfarbeit an der Bar. Ein Bild das viele aus eigener Erfahrung kennen. Kein Wunder, dass Trainer nach Wegen suchen die Gruppenenergie zu steuern und das Lernen zu erleichtern. Musik ist ein effektives Mittel dafür, weil es nicht nur den Kopf anspricht, sondern auch unseren Körper und Gefühle.

In Kommunikations- und Teambuildings-Trainings nutzt man häufig kognitive Modelle. Das ist sinnvoll, jedoch ist Kommunikation mehr als nur mit einander reden. Darum ist es sinnvoll auch andere Methoden zur Ergänzung einzusetzen, so dass wir ganzheitlich lernen können. Erwachsene lernen wie Kinder am Besten, wenn sie spielen. Musik macht Freude und bringt Menschen in Bewegung. Das Trommeln bringt neue Energie in eine Gruppe und es stimuliert die Teilnehmer sich für einander zu öffnen und auf einander zu hören. Der Lerneffekt geht darum über die Dauer des Workshops hinaus und wirkt im folgenden Teil des Trainings als ein Katalysator für den ganzen Lernprozess. In einer Trommelsession können manchmal auch Verhältnisse oder Verhaltensweisen sichtbar werden die mit stundenlangen Gesprächen nicht zum Vorschein kommen.

### Alle können mitmachen

Das Schöne am Trommeln mit afrikanischen Instrumenten wie Djemben, Basstrommeln, Rasseln und Glocken ist, dass alle mitmachen können, auch ohne Vorkenntnisse. Unser natürliches Rhythmusgefühl genügt, uns auf einander abzustimmen und im Moment unsere eigene Musik zu improvisieren. Ob es nun Vorgesetzte, Teamleiter oder Mitarbeiter sind die über die Trommeln mit einander kommunizieren, in der Musik haben alle eine gleichwertige Position.

### Praxisbeispiel

In einen Teamtraining haben die Teilnehmer gelernt, verschiedene Teamrollen zu unterscheiden. Die anschließende Trommelsession fängt damit an, dass die Teilnehmer sich alle ein Instrument aussuchen. Herr X schnappt sich sofort die größte Basstrommel. In der ersten Improvisationsrunde ändert er ständig sein Muster und das Ganze kommt nicht gut zum laufen, denn die große Basstrommel dominiert aufgrund ihrer Lautstärke naturgemäß alle anderen Instrumente. Die Gruppe sagt, dass es an Stabilität fehlt. In einer zweiten Runde ist Herr

X sich die Verantwortung seiner Rolle an der Basstrommel bewusst. Er stellt sich darauf ein und unterstützt die Gruppe diesmal mit einem gleichmäßigen Rhythmus. Hierdurch bekommen andere Teilnehmer die Chance ein kleines Solo zu spielen, so dass ein interessantes Musikstück entsteht. Man freut sich über den gemeinsamen Erfolg. Das theoretische Konzept der Teamrolle wird direkt körperlich und emotional erfahren.



### Persönliche Qualitäten

Wenn Führungskräfte aus einer Firma plötzlich zusammen Musik machen, können sie sich nicht auf ihre fachlichen Kompetenzen zurückziehen. Dann treten die persönlichen Qualitäten in den Vordergrund. So wie Menschen, haben auch Instrumente ihre Qualitäten: der Regenschirm klingt bescheiden, die Schlitztrommel spielerisch, die Djembe vielseitig, die Basstrommel unterstützend. Im Zusammenspiel mit den verschiedenen Instrumenten, können sich die Teilnehmer ihrer Stärken und Schwächen bewusst werden. Mit sorgfältig aufgebauten Übungen können sie in einer vertrauten Atmosphäre mit neuen Verhaltensmustern experimentieren.

### Sinnvolle Ergänzung

Bei einem Trommelworkshop werden viele Aspekte der Teamarbeit sichtbar, hörbar und fühlbar: Raum nehmen und Raum geben, Initiative ergreifen, deutlich sein, auf einander hören, auf einander abstimmen, auf einander eingehen, leiten und folgen. Die Aktivität bringt Freude und Energie in eine Gruppe und löst eventuelle Spannungen. Diese Arbeitsweise hat sich darum als eine sinnvolle Ergänzung von Teamtrainings, Kreativitätstrainings, und Führungskräftestrainings bewährt.

Arbeiten mit freier Improvisation gibt oft sehr eindringliche Erfahrungen: Eine Gruppe die sich aus dem kompletten Chaos in einen swingenden Rhythmus hinein findet; die Magie, wie ein Musikstück sich entwickelt und alle gleichzeitig spüren, wenn das Ende kommt, ohne das jemand es angegeben hat; das Gefühl durch die Gruppe getragen zu werden; frei ein Solo zu spielen, wie man es selber nicht für möglich gehalten hätte. Das sind Erlebnisse / Highlights, von denen die Teilnehmer noch lange nach dem Training sprechen. Es sind geteilte emotionale Erfahrungen und Erfolgserlebnisse die einer Gruppe ein Gefühl von Verbundenheit geben.

Als Start-up Veranstaltung hilft eine Trommelsession einem Projektteam dabei der eigenen Kreativität zu vertrauen.

Arbeiten mit vorgegebenen Rhythmen gibt darüber hinaus die Möglichkeit mit sehr großen Gruppen ein einzigartiges Gruppenerlebnis zu gestalten.

Carolien van der Houwen, Dipl.-Ing., Jg. 1964, Holländerin, wohnt seit 2003 in Deutschland. Sie bietet in ihre Firma Uplift EnterTrainment Workshops und Trainings mit afrikanischer Percussion und Stimme an. 'Uplift' steht für den Auftrieb, den Gänse erzeugen wenn sie in V-Formation fliegen. Zusammen können sie mehr als alleine. Das ist es auch, was die Workshopteilnehmer erleben in ihren Workshops.

Uplift EnterTrainment  
Carolien van der Houwen  
Hinter Lehen 46  
71120 Grafenau  
Tel. 07033-44770  
Fax 07033-1381978  
www.uplift-entertrainment.de

Zwei Artikel über „Musik machen als Metapher in Seminaren“, finden Sie unter [www.uplift-entertrainment.de](http://www.uplift-entertrainment.de).

Wenn Sie selber „Die Kraft der Percussion“ erfahren wollen, sind sie herzlich zum Schnupperworkshop am 25. November 2004 in Raum Stuttgart eingeladen. Rufen Sie mich einfach mal an oder mailen Sie mir.