

Dorothea Baier

Anfangsunterricht



auf der Oboe

(1) Haltung und Atmung

Die erste Oboenstunde wird von Schüler wie Lehrer gleichermaßen spannungsvoll erwartet. Der Schüler ahnt, daß ein neuer Abschnitt nicht nur seiner Ausbildung, sondern auch seiner Persönlichkeitsentwicklung beginnt. Er wird jedoch kaum die Schwierigkeiten übersehen können, die beim täglichen Umgang mit der Oboe entstehen. Der Lehrer andererseits wird nur das Alter und vielleicht auszugsweise die musikalische Vorbildung seines Schülers kennen. Ob er aber einem ängstlichen oder einem forschenden Kind, einem langsam oder einem schnell lernenden gegenübersteht, ist vorher nicht erkennbar.

Um die Situation für den Schüler zu erleichtern, sollten die Eltern in der ersten Stunde anwesend sein. Nach der Begrüßung und eventuell einem ersten Ausprobieren des neuen Instruments kann ein ausführliches Gespräch stattfinden. Der Lehrer informiert über organisatorische Abläufe (zum Beispiel Stundenplan, Rohrbau), er zeigt die Möglichkeiten auf, die sich durch das Oboespiel eröffnen (zum Beispiel Ensemblemitwirkung) und er nennt die unangenehmeren Seiten (zum Beispiel regelmäßiges Üben). Für beide

Seiten ist es hilfreich, eine »Probezeit« zu vereinbaren. Dabei geht es nicht so sehr um künstlerische Fähigkeiten, die innerhalb dieser Zeit erlernt werden sollen, sondern um die Frage, ob die Persönlichkeiten von Lehrer und Schüler zusammenpassen und eine Fortsetzung des Unterrichts sinnvoll erscheint.

Für die ersten Töne auf dem Instrument sollte man sich viel Zeit lassen, um die Konzentrationsfähigkeit des Schülers nicht zu überfordern. Aus einem für den Schüler vorbereiteten Rohr

wird er mühelos unterschiedliche Töne hervorlocken können. Wenn man das Rohr auf die Oboe setzt, wird der Blaswiderstand größer; viele Kinder müssen neu ermuntert werden.

Es empfiehlt sich sehr, ein Hausaufgabenheft zu führen, in dem alle wichtigen Inhalte des Unterrichts festgehalten werden können. So wesentliche Bestandteile wie Atmung, Ansatz oder Stütze können nicht alle in der ersten Stunde besprochen, sondern müssen über einen längeren Zeitraum trainiert werden.

Haltung

Eine ausgewogene Haltung beim Oboeblasen erfordert viel Übung und Geduld. Dabei muß der Körper sehr unterschiedliche Funktionen gleichzeitig erfüllen: einerseits muß er sich aufrecht halten, andererseits Fingern und Atemmuskulatur größtmögliche Bewegungsfreiheit einräumen, drittens die Oboe ausdauernd tragen. Haltungsschwächen, die schon vor Beginn des Oboenunterrichtes vorhanden waren, erschweren die Bläserhaltung zusätzlich, zum Beispiel das Hohlkreuz.

Es empfiehlt sich, die Haltung von unten nach oben aufzubauen. Viele Schwächen in der oberen Körperhälfte gleichen sich dann von selbst aus. Die Füße sollten etwa hüftbreit stehen; die Fußspitzen zeigen weder nach außen noch nach innen. Diesen Stand erreicht man am einfachsten, wenn man (ohne Oboe) mehrmals hintereinander in die Luft springt. So wie man dann landet, steht man in der Regel richtig. Die Knie sind weder durchgedrückt noch gebeugt. Oberkörper und Kopf sollten aufrecht, fast stolz gehalten werden; die Schultern werden weder nach vorn noch in die Höhe



Eine ausgewogene Haltung beim Oboeblasen erfordert viel Übung und Geduld

Foto: Herbert Wittal

gezogen. Eine entspannte Schulterhaltung erreicht man, wenn man sich im Stand nach vorn beugt, dann mit den Armen und dem Oberkörper hin und her schwingt und sich anschließend »Wirbel für Wirbel« wieder aufrichtet. Die Arme sind locker und geben die Achselhöhlen frei; die Handgelenke sind gestreckt. Die Finger werden gebeugt gehalten; die Kuppen decken die Klappen.

Um eine feste und verkrampte Haltung zu vermeiden, sollte das Stehen, das Sitzen und das Tragen der Oboe stets als Bewegungsablauf, also als Folge kleiner und kleinster Bewegungen, verstanden werden. Nur so kann die Haltung auch dem musikalischen Gehalt eines Stückes gerecht werden.

Zu den häufigen Fehlern und Verspannungen beim Blasen gehört das Hohlkreuz, meist verbunden mit durchgedrückten Knien. Zunächst wird die Sprungübung ausgeführt, um den Stand zu korrigieren. Sollte das noch nicht den gewünschten Erfolg bringen, kann man sich mit dem Rücken ganzflächig an eine Tür oder eine Wand anlehnen und etwas daran herunterrutschen. Dabei entsteht eine Spannung in den Oberschenkeln; der Rücken und die Bauchmuskulatur werden jedoch entlastet. In dieser Haltung können sowohl Übungen als auch Literatur gespielt werden.

Ein übermäßig nach vorn geneigter Kopf engt den Kehlkopf ein und ist deshalb unbedingt zu vermeiden. Als erstes sollte kontrolliert werden, ob die Höhe des Notenständers richtig eingestellt ist. Oft zieht auch das Gewicht der Oboe Arme und Kopf nach unten. In diesem Fall sollten Übungen zur Streckung des Nackens gemacht werden. Der Lehrer kann zum Beispiel seine

Hand in den Nacken des Schülers legen.

Hochgezogene Schultern entstehen leicht, wenn gleichzeitig mit dem Ansetzen der Oboe eingeatmet wird. Wird dagegen beim Hochnehmen bewußt ausgeatmet und erst in einem zweiten Schritt eingeatmet, bleiben die Schultern entspannt. Eine weitere Ursache verspannter Schultern stellt die Brustatmung dar. In diesem Fall sollten Atemübungen durchgeführt werden. Legt man Sandsäckchen auf die Schultern, wird das Gewicht nach einiger Zeit nicht mehr wahrgenommen, und die Schultern senken sich.

Nach vorne gezogene Schultern treten oft bei Mädchen in der Pubertät auf. Dies ist für den Jugendlichen eine sehr empfindliche Phase, daher muß man sehr behutsam bei der Korrektur sein. Auch hier können Sandsäckchen helfen.

Wenn ein Spieler sehr unruhig steht und sich kaum auf das Oboenspiel konzentrieren kann, sollte man ihn auf ein Bein stellen. Das andere Bein wird hinter der Wade eingehängt. Nun ist der Körper mit Balancieren beschäftigt; für innere und äußere Unruhe bleibt kein Spielraum mehr.

Atmung und Stütze

Eine sorgfältige, kontrolliert gestützte Atmung ist die Voraussetzung für eine befriedigende Tonerzeugung. Darüber hinaus ist sie unbedingt notwendig, um gesundheitliche Beeinträchtigungen, besonders bei Heranwachsenden, zu vermeiden. Die Verfasserin verzichtet auf die genaue anatomisch-physiologische Beschreibung der Atemvorgänge. Zum besseren Verständnis sei jedoch jedem Oboenlehrer empfohlen, dies in der medizinischen Literatur nachzulesen.

Unter Stütze versteht man die dynamische Spannung der unteren Bauch- und Rückenmuskulatur und des Beckenbodens, die kontinuierlich Druck auf die Lunge ausübt und so den Atemstrom »stützt« und steuert. Atemübungen und Atemtraining erfordern Vertrauen zwischen Schüler und Lehrer. Der Lehrer muß individuell abschätzen, inwieweit er zum Beispiel durch Handauflegen helfen kann, und wie viele Übungen er seinem Schüler zumutet.

Der Beginn einer bewußten Atmung erfolgt ohne Instrument. Man atmet durch die Nase, mit der Vorstellung, an einer Blume zu riechen. Fast automatisch werden sich Bauchraum und Seiten weiten. Auf dem Rücken liegend kann dieselbe Übung wiederholt werden. Nun kann die Bewegung des Bauches durch Bücher, die auf den Bauch gelegt werden, unterstützt werden. Wieder stehend legt der Schüler seine Hand zunächst auf den Bauch, später an die Flanken, wieder in der Absicht, den Bauchraum zu weiten und die unbewußten Vorgänge der Atmung, die in ihrer Natürlichkeit richtig ablaufen, nicht durch bewußtes Handeln zu stören. Wichtig ist es, die Menge der eingeatmeten Luft zu begrenzen, sonst besteht Gefahr, daß die Brustatmung forciert wird.

Der nächste Schritt ist die bewußte Ausatmung. Der ausdauernde, weit gedachte, gleichmäßige Atemstrom mit möglichst geringem Luftverbrauch ist dabei Voraussetzung für einen tragfähigen Ton. Zunächst wird beim Ausatmen innerlich gezählt, ohne jedoch den letzten Rest Luft herauszupressen. Dann können Blätter einer entfernt stehenden Zimmerpflanze bewegt werden. Nun wird der Atemstrom hörbar durch ein mit spitzen Lippen geformtes »Pffff« (Vorstellungshilfe: der Fahr-



Dorothea Baier

wurde 1965 in Köln geboren. Erster Oboenunterricht 1974 bei Lothar Heuchler, Siegen, später bei Klaus Reiet, Bonn. 1984 bis 1988 Oboenstudium an der Musikhochschule Köln bei Prof. Christian Schneider mit den Studiengängen »Instrumentalpädagogik«

und »Allgemeine Musikerziehung«. Seit 1987 Unterrichtstätigkeiten an Musikschulen, zunächst in Siegen und Attendorn, seit 1990 an der Musikschule der Stadt Leverkusen mit den Fächern Oboe und musikalische Grundausbildung.

Schwerpunkte ihrer Arbeit sind: frühinstrumentaler Oboenunterricht im Anschluß an die musikalische Früherziehung/musikalische Grundausbildung (Initiierung einer Kinderoboe in Zusammenarbeit mit der Firma Guntram Wolf, Kronach; zur Zeit in Vorbereitung ist eine »Schule für den frühinstrumentalen Oboenunterricht«).

Veröffentlichungen in Fachzeitschriften zu musikdidaktischen Themen.

Verheiratet, drei Kinder.



Ein übermäßig nach vorn geneigter Kopf engt den Kehlkopf ein und ist deshalb unbedingt zu vermeiden

Foto: Herbert Wittal

radschlauch hat ein Loch). Bei dieser Übung wird die Bauchdecke spürbar eingezogen. Als nächstes kann der Atemstrom unterbrochen werden; etwa »Pfff« – »Pfff« – »Pfff« (das Loch im Fahrradschlauch wird zeitweise mit dem Finger verschlossen). Zwischen Einatmung und Ausatmung erfolgt nun eine bewußte Pause; die Grundlage der sogenannten Stütze. Diese Pause wird anschließend verlängert und dann durch gestütztes Sprechen (zum Beispiel Zählen bis 12) gefüllt. Achtung: die Stimme darf nicht gepreßt klingen.

Anschließend erfolgt die Übertragung auf die Oboe. Viele Schüler werden jetzt durch andere Schwierigkeiten abgelenkt; die Atmung geht dann wieder leicht in den Brust- und Halsbereich. Folgende Fehler treten häufig auf:

1. Beim Hochnehmen der Oboe an die Lippen wird gleichzeitig eingeatmet. Begünstigt durch die Bewegung der Arme strömt die Luft in den Brustbereich. Abhilfe schafft man, wenn beim Hochnehmen bewußt und hörbar ausgeatmet wird und erst im zweiten Schritt die Einatmung erfolgt.

2. Der Schüler atmet zunächst richtig ein. Im Moment des Ansatzes jedoch, wenn die Stütze aufgebaut wird, verspannen sich Brustkorb und Kehlkopf. Dies

kann man dem Schüler durch Druck auf das Brustbein deutlich machen (Vorsicht bei Mädchen in der Pubertät). Sonst hilft nur, mit Geduld neu aus- und wieder einzuatmen.

3. Haltungsfehler wie zum Beispiel Hohlkreuz oder hochgezogene Schultern erschweren die Atmung sehr, da die Bauchmuskulatur dadurch schon angespannt wird und kaum noch Reserven für die Bauchatmung bestehen. Der Lehrer muß abwägen, ob er zuerst die Haltung oder die Atmung korrigieren will.

4. Ein Fehler, der meist im Verlauf eines Stückes auftritt, ist die Hypoventilation. Dabei befinden sich in der Lunge noch größere Mengen von mit Kohlendioxid angereicherter Restluft. Statt diese auszuatmen oder abzublasen, wird erneut eingeatmet; die »verbrauchte« Luft verbleibt in der Lunge. Der Bläser bekommt einen roten Kopf, wird unruhig, beginnt zu schwitzen, und es treten Atemnot sowie Schwindelgefühle auf. Die Stütze begünstigt dies noch, da mehr Restluft in der Lunge bleibt, als beim ungestützten Atmen. Deshalb sollte die Stütze immer wieder gelassen und erneut aufgebaut werden. Kurzfristige Abhilfe erreicht man durch tiefes Ausatmen, vorzugsweise im Sitzen oder Liegen. Wird dies jedoch zu häufig

durchgeführt (Hyperventilation), entstehen Schwindelgefühle durch zu niedrigen Kohlendioxidgehalt.

Dauerhaft sollte man sich angewöhnen, während jeder Atempause zunächst aus- und dann erst einzuatmen. Ist dies aus Zeitgründen nicht möglich, kann das Aus- und Einatmen an zwei kurz nacheinander gelegenen Stellen erfolgen.

Fortsetzung folgt. Im zweiten Teil geht es um Ansatz und Artikulation.