

»MUSIK REGT AN!«

PROF. DR. REINHARD KOPIEZ IM GESPRÄCH

Von Klaus Härtel

Gemeinsam mit Andreas C. Lehmann aus Würzburg hat der Hannoveraner Psychologieprofessor Reinhard Kopiez das »Handbuch Musikpsychologie« herausgegeben. Lesen muss man das natürlich noch selbst – wir haben mit ihm über das Thema gesprochen.

Vor etwa 20 Jahren hat der Musikpädagoge Hans Günther Bastian eine Studie veröffentlicht, deren Ergebnis – verkürzt dargestellt – lautete: Musik macht schlau! Kann man das auch heute noch so stehen lassen?

Wir sind heute bei solchen »steilen Thesen« sehr viel vorsichtiger. Man könnte ebenso formulieren: Die Schläuen machen Musik. Das träfe vermutlich den Kern schon eher, wenn wir darauf hinweisen wollen, dass die soziodemografischen Hintergrundvariablen mindestens genauso wichtig sind. Beim eigentlichen instrumentalen Erfolg sind nicht nur eindeutige Wirkungsrichtungen wie »Musikunterricht verursacht dies oder jenes« wichtig. Die Forschung ist sehr viel zurückhaltender geworden, was vereinfachende Wirkungsbeziehungen angeht. Auch in Bezug auf die Größenordnung dieser Wirkungsbeziehungen sind wir vorsichtiger geworden. Wir haben mittlerweile nämlich die angenehme Situation, dass wir aufgrund von vielen sogenannten Primärstudien – also solche von Bastian und ähnliche – sogenannte Metaanalysen durchführen können. Diese Metaanalysen geben uns eine Orientierung über die wirkliche Größenordnung, in der wir in standardisierten Einheiten von Effektgrößen reden können, die in der Psychologie normiert sind. Die Effekte von Musikmachen bewegen sich in einem Bereich der sogenannten schwachen Effektgrößen. In der Euphorie der 1990er Jahre dachte man, dass Musikunterricht und das Erlernen eines Instruments ein Allheilmittel sei, um beispielsweise benachteiligte Kinder zu fördern, oder bei Kindern, denen es sowieso gut geht, noch eine Art Turbo zu zün-



den. Das scheint sich eher nicht bestätigt zu haben. Es ist eine Möglichkeit von vielen, und diese Veränderungen im kognitiven Bereich bewegen sich eher in kleinen Größenordnungen.

Das heißt, man ist auf dem Boden der Tatsachen gelandet?

In gewisser Weise schon. Aber es ist ja auch immer die Frage: Gegen wen vergleicht man das eigentlich? Musik gegen »gar nichts«? Oder – was die saubere Variante wäre – Musiktätigkeiten gegen andere Tätigkeiten? Zum Beispiel gegen Schach, die Theater-AG, bildende Kunst, zusätzlichen Sprachunterricht – was man sich auch immer an sinnvollen Dingen vorstellen kann. Dann nämlich verschwinden häufig die Unterschiede doch ziemlich schnell. Musik ist eben nur eine von vielen Möglichkeiten – wenn auch vielleicht eine, die uns besonders am Herzen liegt.

Aber demnach ist Musik eine sinnvolle Tätigkeit, die bestimmte Fähigkeiten fördert.

»REINHARD KOPIEZ

Prof. Dr. phil., ist ausgebildeter Gitarrist, studierte Musikwissenschaft, Psychologie und Musikethnologie an der TU und FU Berlin (Promotion 1990 bei Helga de la Motte-Haber mit einer experimentellen Studie zum mentalen Üben); 1990 bis 1995 Wissenschaftlicher Assistent für Musikwissenschaft an der TU Berlin; Habilitation 1998; 1995 bis 1998 Professor für Systematische Musikwissenschaft an der HfM Würzburg, seit 1998 Professor für Musikpsychologie an der HMTM Hannover. Seit 2013 Herausgeber der Zeitschrift »Musicae Scientiae«. Arbeitsschwerpunkte: Musikalische Performanz, Sozialpsychologie der Musik, Musik und Emotion, Rezeption populärer Musik. Zusammen mit Andreas C. Lehmann Herausgeber des Standardwerks »Handbuch Musikpsychologie« (Hogrefe Verlag 2018).

musicweb.hmtm-hannover.de/kopiez/

Das stimmt – auch wenn wir heute in der Musikpsychologie nicht mehr diese Euphorie des Anfangs teilen. Aber ja, viele Wege führen zu solchen Veränderungen, und man muss immer schauen, wie die Rahmenbedingungen sind. Also: Wo wird das Musizieren durch schulische Einrichtungen und die Eltern gefördert? Wenn das nämlich nicht der Fall ist, könnten auch sportliche Betätigungen in Gruppen durchaus das Sozialverhalten positiv beeinflussen. Der kleinste Nenner wäre vermutlich, dass man sagt: Instrumentalunterricht schadet nicht. Aber er ist eben auch kein Allheilmittel.

Es ist aber nun unbestritten, dass Musik Wirkungen auf die menschliche Psyche hat. Welche Wirkungen sind das eigentlich an erster Stelle?

Man muss dabei zwei Bereiche betrachten: das Musikmachen und das Musikhören. Die stärksten Veränderungen sind zu beobachten, wenn aktiv musiziert wird. Das Musizieren in allen Altersstufen bewirkt die stärksten Veränderungen auf der Lernebene, auf der Verhaltensebene, aber auch auf der neurowissenschaftlichen Ebene. Das kann durch Singen passieren, aber natürlich auch durch das Instrumentalspiel. Das ist deshalb so interessant, weil die Neurowissenschaft vor allem darauf hinweist, was das Musikmachen von allen anderen Tätigkeiten unterscheidet: das ist die zeitkritische Bewegungsausführung. Die gibt es beim Töpfeln nicht und auch nicht beim Theaterspielen. In der Musik muss ich eine bestimmte Handlung planmäßig in einem bestimmten Zeitfenster von wenigen Millisekunden Toleranz ausführen, damit beispielsweise die Tonleiter nicht holprig klingt. Diese Schritte von Steuerung, Planung, Ausführung, Bewertung, Übung, Verbesserung sind sehr anspruchsvolle Prozesse für unser zentrales Nervensystem, das dadurch sehr stark angeregt wird und sich auch verändert. Das, glaube ich, gibt der Musiktätigkeit ein Alleinstellungsmerkmal gegenüber den meisten anderen Tätigkeiten – vielleicht sogar gegenüber sportlichen Tätigkeiten, bei denen häufig doch auch eher grobmotorische Komponenten enthalten sind.

Es gibt das geflügelte Wort: Jeder Mensch kann Musik machen. Das gibt natürlich keine Auskunft darüber, welches Niveau möglich ist. Aber ist das Talent zum Musizieren angeboren oder ist die Fähigkeit erlernbar?

Das ist eine Diskussion, die wir auch im

Handbuch ausführlich darstellen. Wir sehen das heute eher als eine sehr stark durch – vor allem strukturierte – Lernprozesse bewirkte Veränderung an. Von diesen oft nebulösen Begabungstheorien, die nie so richtig erklären konnten, was die Komponente ist, die so spezifisch in der Musik zur Wirkung kommt, hat man sich weitgehend als Erklärungsmodell verabschiedet. Man schaut viel stärker auf die Prozesse, die durch zielgerichtetes Üben entstehen. Dadurch kann man schon sehr viel erklären an Unterschieden zwischen Personen. Man sagt nicht, dass wir die Begabungskomponente nicht brauchen, aber sie ist nicht unbedingt notwendig – solange wir mit den Erklärungen aus der Expertentheorie schon sehr viele Unterschiede anders – und vor allem rationaler – erklären können. So kann man etwa die Übebedingungen optimaler gestalten. Das ist eine positive und kulturpolitisch sehr gute Botschaft: Schafft die richtigen Bedingungen für die Lernprozesse!

» **Was ist das Huhn und was ist das Ei? Ist das Wollen die Voraussetzung oder die Folge von erfolgreichem Lernen?** «

Kürzlich hat der Hirnforscher Gerald Hüther in einem Interview gesagt, dass man nur lerne, wenn man es auch selbst wolle. Er hat das zwar auf das allgemeine Schulsystem bezogen – aber ist das auf die Musik übertragbar?

Das denke ich schon, wobei man nie genau weiß: Was ist das Huhn und was ist das Ei? Ist das Wollen die Voraussetzung oder die Folge von erfolgreichem Lernen? Das kann man bisher nicht beantworten. Ich vermute, es ist so eine Art Kreislauf, denn wir fühlen uns ja immer sehr stark motiviert, etwas zu tun, wenn wir beispielsweise soziale Anerkennung bekommen. Oder wenn wir das Gefühl haben, dass wir uns als kompetent erleben: Ich kann etwas, was andere vielleicht nicht so gut können. Die dritte Komponente ist ein Zugehörigkeitsgefühl, zugehörig zu einem Orchester, zu einem Chor oder einer Band. Das sind sehr starke motivationale Komponenten. Deshalb ist das vermutlich ein Kreislaufmodell. Das Intrinsische muss nicht vorher da sein, sondern ist auch die Folge von Prozessen, wie ich mich selber erfahre: Ob ich selbstbestimmt lernen und üben kann, ob ich Fortschritte mache, ob ich akzeptiert bin, ob

ich soziale Anerkennung bekomme und so weiter. Das motiviert, »dran« zu bleiben, und im Bereich der Musik muss man schon sagen, dass das eine gewisse Zeit braucht. Ein Instrument lernt man nicht mal eben so nebenbei in einem halben Jahr. Für lange, lange Zeit braucht man starke Motivatoren.

Das gilt vermutlich vor allem für den Anfängerunterricht. Kinder üben nicht gern, oft müssen die Eltern oder der Lehrer antreiben. Das widerspricht ja dem, dass man es selber wollen muss, oder?

Das stimmt. Aber es wird oft verkürzt dargestellt, dass alles immer intrinsisch sein muss. Wenn wir uns die großen Biografien anschauen: Yehudi Menuhin zum Beispiel hat nie gern geübt. Da gab es immer schon Druck – oder nennen wir es besser Anleitung und Ermutigung – von Lehrern und Eltern. Solche Phasen kennen vermutlich alle großen Interpreten. Das ändert sich, wenn Konzepte verinnerlicht werden. Es entwickeln sich stabile Motivationskonzepte und dann braucht man keinen externen Antrieb mehr. Ab einem gewissen Punkt organisiert man das selbst.

Also geht mit dem Erfolg die Erkenntnis einher: Üben bringt mir etwas!

Ja, diese Erfahrung muss man gemacht haben. Man muss den Zusammenhang von Aufwand und Anstrengung zu Ergebnis und Output erfahren. Und das ist das eigentliche pädagogische Kunststück: die Kinder aus einer Mischung aus Anleitung und Vorgaben zu dieser Erkenntnis zu bringen. Dann verselbstständigt sich das Ganze. Das ist die Kunst der Pädagogik! Wie kriegt man die Kinder bis dahin, dass sie ein stabiles, tragfähiges Selbstkonzept entwickeln? Und das gilt nicht nur für die Musik. Das gilt für jede schulische Leistung oder auch das Studium später.

Wenden Pädagogen eigentlich psychologische Tricks an?

Ich glaube, alle guten Lehrer machen das intuitiv und automatisch richtig. Sie vermitteln den Schülern das Mikromanagement des Übens. Dadurch machen Schüler ihre Erfahrungen und können es selbst weiterentwickeln. Dazu braucht man aber eben auch die Eltern. Eine Erkenntnis der letzten Jahre ist: Eltern müssen dafür sorgen, dass die Strukturen, die Anleitungen des Lehrers eingehalten werden – etwa diejenigen zur Regelmäßigkeit des Übens

oder auch die Art der Übung. Die Suzuki-Pädagogik beispielsweise funktioniert nur mit der intensiven Einbeziehung eines Elternteils. Ohne Elternunterstützung wird es sehr mühsam. Und: Das Üben sollte ungestört stattfinden.

Ich möchte noch einmal auf die Wirkung von Musik zu sprechen kommen. Worin besteht der Unterschied zwischen dem aktiven Musizieren und dem passiven Konsumieren?

Das aktive Musizieren ist ein sehr langfristiger Prozess, der mit einem gewissen Aufwand verbunden ist: Ich muss einfach meine Überzeit haben, ich muss mich auf Gebiete begeben, die ich noch nicht beherrsche, die ein bisschen schwieriger sind als das, was ich gerade kann. Ich brauche ein planmäßiges Vorgehen, und dann ist es eben eine große Erfüllung, wenn ich diese Aufgabe bewältigt habe. Ich habe etwas geschafft! Und das ist etwas sehr Befriedigendes. Das betrifft den aktiven Gestaltungsprozess. Aber gleichzeitig ist der Spieler auch sein eigener Hörer. Diese Erfahrung von Kontrolle und Kontrollverlust beim Üben und Musizieren ist gleichzeitig eine Erfahrung, die man vermutlich nur beim Musizieren macht.

Beim Musikhören ist es etwas anders. Da wissen wir auch, dass die Funktionen des Musikhörens andere sind. Die Funktionen der Verwendung von Musik sind im Wesentlichen drei. Eine wichtige Komponente ist die Stimmungsregulation: Ich möchte meine schlechten Stimmungen möglichst vermeiden und gute Stimmungen erzeugen. Alle Lebewesen wollen ihre Zustände in dieser Richtung verändern. Das tun auch die Fledermäuse, wenn sie Bauch an Bauch hängen und kuscheln. Mit Musik wollen die Menschen angenehme Stimmung herbeiführen und eben möglichst lange aufrechterhalten. Das zweite ist die Selbsterfahrung: Zum Beispiel über etwas nachzudenken oder Dinge neu zu bewerten. Die dritte Funktion betrifft das Musikhören mit anderen, also die soziale Verbundenheit. Das ist ein ganz wichtiges Motiv. Musikhören allein ist nur ein Teil ihrer Bedeutung. Aber das gemeinsame Hören und Erleben und sich darüber austauschen ist ein sehr wichtiger Aspekt. Das alles zusammen ergibt dann diese besondere Lebensqualität durch Musikhören. Das ist gar nicht so passiv, wie man auf den ersten Blick denkt, sondern es gibt durchaus bewusste Strategien, wie Musik eingesetzt wird, um etwas mehr zu bekommen, eine Belohnung, eine Gratifikation. Da ist Musik sicherlich auch

ein erheblicher Ersatz für sonstige Psychopharmaka oder Drogen. Und das quasi nebenwirkungsfrei.

Ist es da egal, welche Art von Musik man hört?

Wir gehen mittlerweile davon aus, dass diese Umgangsweisen und Präferenzen im Wesentlichen auf Lernprozessen basieren. Man geht nicht mehr von der »guten Musik« und der »schlechten Musik« aus. Für jemanden, der im Bereich Heavy Metal sozialisiert ist, wird es auch in dem Genre ganz gut mit der Stimmungsregulation funktionieren. Der klassik- oder jazzaffine Hörer hat eben seine Regulationsprozesse in einem anderen musikalischen Umfeld erfahren. Es hängt eher davon ab, wie man gelernt hat, diese Musiken einzusetzen.

Es besteht also grundsätzlich kein Unterschied zwischen einem klassischen und einem Rock-Konzert – was die Funktion der Musik angeht?

Genau. Nur die Spielregeln sind andere. Hinzu kommt die Bewegungskomponente, die Lautstärke ist anders aufgestellt, das Ritual »Konzert« funktioniert anders. Aber die Funktionen – die Musik mit anderen zu erfahren, sich verbunden zu fühlen – sind doch sehr ähnlich.

Ein Kapitel in Ihrem Buch lautet »Mythen und Legenden zur Wirkung von Musik«. Welches ist Ihr Lieblingsmythos und was steckt dahinter?

Mein Lieblingsmythos ist, dass Brot durch Heavy-Metal- oder Rockmusik-Beschallung tatsächlich besser schmeckt. Das behauptet ein Bäckermeister aus dem Fränkischen. Daran kann man sehr viel lernen, wie Mythen entstehen, wie sie kultiviert werden und wie sie bereitwillig von der Öffentlichkeit aufgenommen werden. Es gibt die Variante übrigens auch mit Wein und klassischer Musikbeschallung. Dabei werden Lautsprecher in die Weintanks gehängt. Aber der Bäckermeister ist – weil selber praktizierender Rockmusiker – das schönste Beispiel. Der Mann ist ja nicht auf den Kopf gefallen. Er weiß vermutlich selbst, dass er Pseudowissenschaft betreibt. Doch er macht das sehr professionell. Er hat eine Beschallung für seinen Sauerteig entwickelt, die in einer Gärkammer 24 Stunden läuft. Angeblich sind die Blasenbildungen im Teig dann größer und auch die Kernigkeit des Geschmacks verbessert sich. Im Marketing spricht man immer vom »Zitronenmarkt-Problem«: Warum soll ich die Zitronen bei dem einen Händler kaufen, wenn der andere die gleichen hat? Beim Bäcker gibt es in der Regel auch ähnliche Produkte. Also brauche ich ein Alleinstellungsmerkmal – das hat er gefunden und er bedient es. Sehr clever! Das zeigt uns auch sehr viel über uns selbst: In Verbindung mit Musik sind wir bereit, den größten Unsinn zu glauben.

Herr Professor Kopiez, haben Sie vielen Dank für das Gespräch.

» KURZ & KNAPP

Die Musikpsychologie ist ein faszinierendes Gebiet an der Schnittstelle von Psychologie, Musikwissenschaft und Musikpädagogik. Ihre Fragestellungen beschäftigen sich beispielsweise mit dem Hörverhalten, dem Musizieren und dem Vermitteln von Musik, der musikalischen Begabung, dem Musikgeschmack oder dem kulturellen Musikgebrauch.

Im »Handbuch Musikpsychologie« widmen sich über 40 ausgewiesene Autoren aus der Psychologie, Musikpädagogik, Musikwissenschaft, Medizin, Neurowissenschaft und Musiktherapie diesen Themen und führen in die neuesten Erkenntnisse ihrer Fachgebiete ein.

www.hogrefe.de



Andreas C. Lehmann
Reinhard Kopiez
(Hrsg.)

**Handbuch
Musik-
psychologie**

 hogrefe

THEINERTS THEMA

MUSIK UND PSYCHOLOGIE

Von Klaus Härtel

Die Psychologie ist ein großes Gebiet. Selbst die Musikpsychologie ist nicht minder weit. Wie wirkt Musik auf den Hörer? Wie wirkt Musik auf den Interpreten? Welche Rolle spielt ein Ensembleleiter in diesem Zusammenhang? Und macht Musik glücklich? Fragen über Fragen. Einige davon haben wir mit Markus Theinert besprochen.



Herr Theinert, Sportler arbeiten seit geraumer Zeit mit Psychologen und Mentaltrainern, um sich auf einen Wettkampf einzustimmen. Gibt es etwas Vergleichbares im musikalischen Bereich – und was soll das bringen?

Natürlich ist die Anwendung psychologischer Erkenntnisse im therapeutischen Sinne auf allen Gebieten menschlicher Aktivität anwendbar, und daher sicher auch im individuellen Instrumentalunterricht. Die Psyche des Schülers und auch des Lehrers spielt im Unterricht eine große Rolle. Auch bei hinderlichen Befindlichkeiten wie etwa Lampenfieber oder anderen Stressfaktoren gibt es zahlreiche Möglichkeiten, mit psychologischen Werkzeugen Probleme zu lindern. Allerdings glaube ich auch, dass die Psychologie in diesem Zusammenhang nur sehr eingeschränkt gesehen wird. Denn es ist ja nicht die Psychotherapie, von der wir hier reden, sondern die Lehre der menschlichen Psyche, die nicht nur eine Lehre der Gefühle ist, sondern auch die Wahrnehmung und das Wahrgenommene mit einschließt.

Mentalcoaches sollen auf die Psyche der Sportler einwirken, um eine bestimmte Leistung zu ermöglichen. Wäre das dann eine Aufgabe, die in der Musik schlicht noch nicht so weit erkannt wird? Oder ist der Dirigent bzw. der Lehrer ein solcher Mentalcoach?

Die Zielsetzung ist hier grundsätzlich verschieden. Die Ähnlichkeit besteht nur darin, dass wir uns auch in der Musik im Augenblick des Hörens ausschließlich auf das konzentrieren müssen, was im Raum geschieht, auf den Klang, auf das was wir

mit dem Instrument erreichen. Diese kompromisslose Fokussierung ist auch bei jeder sportlichen Aktivität erforderlich, zumindest wenn Höchstleistung erwartet wird. Musik und Sport unterscheiden sich aber in dem Moment grundsätzlich voneinander, wenn der Sportler absichtlich versucht, die Wahrnehmung nicht mehr ganzheitlich entstehen zu lassen, sondern selektiv alle hinderlichen Wahrnehmungen wie Muskelschmerzen, Müdigkeit oder auch den sportlichen Gegner zu ignorieren, damit ihn nichts von der eigenen körperlichen Bestleistung ablenken kann. In der Musik spielt aber gerade die Integration exogener Faktoren eine entscheidende Rolle. Der einzelne Musiker kann sich mental ja nicht

» Der Musiker muss seine gesamte Umgebung wahrnehmen. «

nur auf das eigene Instrument einstellen, sondern muss seine gesamte Umgebung, den Raumklang, die anderen Stimmen, die funktionalen Wechselwirkungen im Ensemble et cetera in der Gesamtheit wahrnehmen. Und dazu gehört das Lösen von einer zu eng gefassten Wahrnehmung. Es geht um die Erweiterung des Wahrnehmungshorizonts und nicht um dessen Einschränkung. Jede Möglichkeit, jede Veränderung im Klang, jede Richtungsänderung in der Spannung erfordert aufmerksame Sensibilität des wahrnehmenden Subjekts. Da liegt der große Unterschied. Es wäre darüber hinaus auch unzureichend, wenn die Psychologie nur angewandt würde, um den negativen Einfluss störender Befindlichkeiten, wie zum Beispiel das Lampenfieber, einfach ein bisschen zu lin-

dern. Wenn wir uns mit Psychologie beschäftigen, müssen wir auf beide Seiten achten: Auf die Phänomene, die auf die Psyche wirken und auf das, was die Wahrnehmung im Bewusstsein bewirkt.

Ist es das große Merkmal der Musik, dass die Wahrnehmung in erster Linie beim Musiker selbst ankommen muss, also intrinsisch stattfindet? Der Musiker muss die Musik selbst »spüren« und bekommt sie eben nicht extrinsisch vermittelt...

Musik ist keine Einbahnstraße, sondern wirkt in beide Richtungen. Ich reagiere auf das, was ich höre. Und ich agiere, um das hervorzubringen, was ich höre. Schon im ersten Moment, in dem der Musiker sein Instrument betätigt, setzt er sich bereits mit den Klangeindrücken auseinander. Die klanglichen Phänomene, welche auf die innere Affektenwelt des Menschen eine dezidierte Wirkung haben, sind für jede psychologische Annäherung wesentlich. Wir können uns also nicht lediglich auf die Gefühle konzentrieren, sondern müssen darüber hinaus untersuchen, warum und wie eine musikalische Gestalt auf das menschliche Bewusstsein wirkt.

Hierzu wurden bereits im 19. Jahrhundert von Christian von Ehrenfels – basierend auf den Thesen der Antike – psychologische Lehren entwickelt, die sich genau mit diesen melodischen Gestalten und Tonfolgen auseinandersetzen und versuchen zu verstehen, wie sie jeweils auf das menschliche Bewusstsein wirken. Dabei geht es aber nicht nur um den kognitiven Bestandteil in der Musik, sondern eben auch um die Sache selbst. So hat es der Phänomenologe Edmund Husserl später ausgedrückt: Er spricht lapidar von »den Sachen«. Damit ist

im Bereich der phänomenologischen Psychologie eben auch der Klang gemeint. Und diese »Sache« hat spezielle Wirkungen und erzeugt bestimmte Wahrnehmungen.

Hier könnten wir fast wieder eine Parallele zum Teamsport wie zum Beispiel dem Fußball ziehen. Denn auch dort ist die Wahrnehmung der anderen Sportler und dessen, was sie tun, unheimlich wichtig und nicht nur die der eigenen Leistung, wie etwa im Individualsport.

Ist es auch ein Sonderfall in der Musik, dass sie einerseits Kontrolle verlangt, aber eben auch einen gewissen Kontrollverlust?

Ich würde nicht von Kontrolle sprechen, sondern von Gestaltung und Richtung. Der Musiker beteiligt sich aktiv am formgebenden Prozess. Der reine Hörer nimmt die Gestaltung jedoch nur wahr. Also gibt es zwischen dem aktiven, praktizierenden Musiker und dem passiven Hörer einen entscheidenden Unterschied. Ich kann natürlich einem Ensemble, einem Orchester beim Proben oder beim Konzert einfach nur zuhören und mich komplett auf das Geschehen einlassen. Wenn ich diese Erkenntnis dann aber beim aktiven Musizieren anwende, kommt es genau zu diesem

» **Zwischen Musiker und Hörer gibt es einen entscheidenden Unterschied.** «

Balanceakt. Auf der einen Seite beteilige ich mich aktiv an der Klanggebung, auf der anderen Seite muss ich in dem Moment, in dem der Klang entsteht, auf das erzielte Resultat reagieren. Dies ist kein Kontrollverlust, sondern die Aufrechterhaltung eines ständigen Kontakts mit dem Geschehen, welches eben das gesamte Bewusstsein erfordert. Hier können wir über das Kognitive hinaus durchaus das »Nicht-anders-Können« des menschlichen Seins mit einbeziehen, indem der Musiker eben ganz unwillkürlich und ohne Absicht und eigenes Wollen auf all das reagiert, was er im Augenblick des Erlebens wahrnimmt.

Inwiefern ist eigentlich ein Dirigent, ein Ensembleleiter oder auch ein Registerführer auch Psychologe?

Ich sehe es kritisch, wenn man den Orchesterleitern und Konzertmeistern eine solche Rolle zuschreibt und von ihnen fordert, psychologische Erkenntnisse anzuwenden,

falls sie andernfalls nicht weiterkommen. Die Psychologie ist doch eine Wissenschaft, die sich mit bestimmten Zusammenhängen beschäftigt und nicht notwendigerweise eine Methode, um eine Probe effektiver gestalten zu können bzw. schneller ans Ziel zu kommen. Wenn der Dirigent sich aber tatsächlich mit dem Klang auseinandersetzt, wenn er am eigenen Leib erfahren hat, wie die klanglichen Erscheinungen auf den menschlichen Geist in einer eindeutigen Weise wirken, dann hat er gar keine andere Wahl, als sich mit den vielen Individuen im Orchester zu beschäftigen und zu identifizieren, weil ansonsten jeder gerade willkürlich das hineininterpretiert, was er eben auf seiner Position im Raum heraushört.

Das Ziel des sinfonischen oder auch des kammermusikalischen Musizierens ist ja gerade das gemeinsame Empfinden. Und deshalb muss sich der Dirigent bzw. derjenige der für die Einstudierung verantwortlich zeichnet, natürlich auch mit den Erscheinungen im Klang selbst auseinandersetzen. Dazu gehört auch die Beziehung zwischen Klang und Bewusstsein. Genau dies geschieht in einer echten psychologischen Disziplin, die wir musikalische Phänomenologie nennen.

Leider ist die moderne Psychologie von dieser Form der Betrachtung abgewichen. Heute bleibt doch vieles allzu sehr auf das Kognitive beschränkt. Wir gehen nur noch wenig auf die Erscheinungen selbst ein. Oder wenn ich mich noch einmal salopp mit Edmund Husserls Worten ausdrücken darf: Wir beschäftigen uns nicht mehr mit »den Sachen«. Stattdessen haben wir nur noch die menschliche Psyche im Visier. Im Klartext: Wie der Klang auf das Bewusstsein wirkt, ist in der heutigen Psychologie nur noch für ein paar Wenige interessant. Für den Musiker und den Dirigenten allerdings bleibt das die wichtigste Betrachtungsweise.

Würde ein Dirigent in dieser Hinsicht »psychologische Tricks« anwenden?

Natürlich ist es legitim, solche Mittel ins Spiel zu bringen, wenn man zum Beispiel das Lösen einer Verspannung erreichen möchte. Das hätte natürlich einen positiven Effekt auf die Musik, weil keiner verkrampft musizieren oder wahrnehmen kann. Die Entspannen für Körper und Geist ist eine wesentliche Voraussetzung fürs freie und spontane Musizieren. Aber damit werden ja nur die notwendigen Rahmenbedingungen geschaffen, um kreativ tätig zu sein. Zur Musik komme ich damit noch

lange nicht, sondern nur zu einer freien Betätigung, zur Freude an dem, was wir tun. Die muss aber nun mit Substanz gefüllt werden. Und da kommt das Zusammenwirken von Phänomen und wahrnehmendem Subjekt ins Spiel, die Reduktion von der Vielfalt im Klang zu einer Eins im eigenen Bewusstsein. Es geht um die vollständige Identifizierung des menschlichen Geistes mit dem, was »da draußen« geschieht. Es wird »meins«! Das kann man nicht trennen. Ich glaube, dass man diese Erfahrungen aus dem musikalischen Erlebnis heraus auch auf andere Bereiche des Alltags anwenden kann und den Menschen dadurch vielfach bereicherte Erlebnisse bescheren kann.

Der Mensch neigt dazu, gefallen zu wollen. Kann solch ein Verhalten beim Musizieren hinderlich sein?

Es kann nicht nur – es wird! Diese Form der Erwartungshaltung ist dem musikalischen Ziel diametral entgegengesetzt. Um wirklich zu erfahren, was Musik für mich und für die anderen beinhaltet und was sie bewirken kann, muss ich mich von dieser Erwartung komplett lösen können. Wenn auch nur eine Faser meines Bewusstseins damit beschäftigt ist, womöglich einen guten Eindruck zu machen, dann sind wir auf dem falschen Pfad. Es ist nicht nur ein Hindernis, sondern schließt musikalisches Erleben aus – solange diese Erwartung oder diese Zielsetzung in irgendeiner Form unterschwellig mitwirkt. Das ist ein ganz wichtiger Punkt – vor allem für junge Musiker, die natürlich in jeder Phase ihres Lernens durch Lob und Tadel motiviert werden. Da hat es seine Berechtigung, doch am Ende wäre der Gedanke »Ich setze alles daran, dass das Publikum Gefallen an mir findet!« die vollkommen falsche Einstellung.

Aber es ist doch eine durchaus menschliche Eigenschaft. Wie kann man sich von dieser lösen? Hat das mit der Erfahrung zu tun, die sich im Laufe der musikalischen Laufbahn ändert?

Zunächst einmal ist es die Disziplin des gerichteten Bewusstseins. Es fällt mir schwer, hier einen Lernprozess oder eine Didaktik an die Hand zu geben. Das hat viel mit Erfahrung und Misserfolg zu tun. Jedes Mal, wenn ich noch Raum habe für andere Wahrnehmungen, werde ich mich nicht mit der Musik beschäftigen können. Umgekehrt ausgedrückt: Die Musik erfordert mein gesamtes Bewusstsein. Es darf gar keinen Platz mehr für irgendetwas anderes geben!

Und hier können wir uns vom Hochleistungssportler eine Scheibe abschneiden, der in dem Moment, in dem der Startschuss fällt, nichts anderes im Sinn hat, als seinen Körper, das Ziel – und wie er dort hin kommt. Alles was um ihn herum passiert und nicht maßgeblich am Wettkampf beteiligt ist, wird ausgeblendet. Es existiert einfach kein Raum mehr für andere Gedanken oder Wahrnehmungen.

» Wenige Aktivitäten führen zu einer solchen Ausgeglichenheit und zu einem solchen Glücksgefühl. «

Das ist es, was auch der Musiker braucht: Er soll nichts anderes als das, was die Musik ausdrückt, in sich aufnehmen. Insofern ist nicht das Ausschalten dieser Eindrücke das Ziel, sondern die integrative Richtung des Bewusstseins auf das Wesentliche. Das wird irgendwann auch beim noch wenig erfahrenen Musiker dazu führen, dass er sich von störenden und selbstgefälligen Erwartungen trennen kann. Und damit verschwinden zwangsläufig auch mentale Ein-

schränkungen wie Lampenfieber oder die Abhängigkeit von Lob und Anerkennung. Wenn diese im Nachhinein kommt, ist es immer eine Ermutigung. Bleibt sie aus, kann es ein Rückschlag sein. Keinesfalls aber darf es das ausschlaggebende Element sein, Musik zu machen.

Zum Schluss möchte ich noch auf Hans Günther Bastians These zu sprechen kommen. »Musik macht schlau« wird heute nicht mehr undiskutiert stehen gelassen. Doch selbst wenn es nicht hundertprozentig stimmen sollte, kann man zumindest behaupten: »Musik macht glücklich«?

Zwei Dinge: Ich glaube nicht, dass man von Bastians Erkenntnissen abrücken muss, auch wenn sie im Sinne des diskutierten Themas von kognitiver versus phänomenologischer Betrachtungsweise der Psychologie sehr eingeschränkt formuliert sind. Bastian beschäftigt sich ja hauptsächlich mit den kognitiven Errungenschaften, die durch das aktive Musizieren hervorgebracht werden. Da hat seine Untersuchung nach wie vor Bestand – inzwischen weiter-

geführt durch namhafte Neurowissenschaftler und Analytiker, selbst wenn man sie nicht mehr allein auf diesen einfachen Satz reduzieren kann. Denn es ist ja nicht die menschliche Intelligenz, die durch Musik verbessert wird, sondern das Musizieren erweitert unseren kognitiven Horizont. Dies hilft vor allen Dingen jungen Menschen, sich auch mit anderen Sujets erfolgreich auseinanderzusetzen, etwa mit Mathematik, mit Natur- und Geisteswissenschaften. Die Synapsenbildung im Gehirn wird gefördert. Das ist zweifelsfrei erwiesen.

Auch die zweite Feststellung, die Sie getroffen haben, kann ich definitiv und ohne Einschränkung unterschreiben. Es gibt nur wenige Aktivitäten im menschlichen Leben, die zu einer solchen Ausgeglichenheit und zu einem solchen Glücksgefühl führen können wie die erfolgreiche Beschäftigung mit einer fantastischen Komposition und das Erleben einer einmaligen musikalischen Aufführung. Der Musiker, der sich aktiv an diesem Prozess beteiligt, erlebt allerdings noch einmal einen ganz anderen Grad an Intensität als derjenige, der dem Geschehen nur als Hörer beiwohnt. ■

DIE GROSSE TRÖSTERIN MUSIK

ECKART ALTENMÜLLER HAT EIN NEUES BUCH GESCHRIEBEN

Von Hans-Jürgen Schaal

Den Leserinnen und Lesern von CLARINO ist Prof. Dr. Eckart Altenmüller kein Unbekannter mehr. Der Musikmediziner gehört zu den renommiertesten Musikforschern auf dem Gebiet der Neuropsychologie und Neurophysiologie. In seinem aktuellen Buch »Vom Neandertal in die Philharmonie« gibt Altenmüller einen profunden und zugleich sehr unterhaltsamen Einblick in sein Forschen und Denken.

Der Untertitel des Buches lautet: »Warum der Mensch ohne Musik nicht leben kann«. Diese These – dass Musik für den Menschen lebenswichtig sei – ist unter Fachleuten durchaus umstritten. Der Psychologe Steven Pinker zum Beispiel meint: »Musik könnte aus unserer Spezies verschwinden, und der Rest unseres Lebensstils bliebe praktisch unverändert.« Liefert Altenmüllers Buch wirklich den Beweis fürs Gegenteil? Zumindest macht es deutlich: Würde der Mensch ohne Musik leben, müsste Menschsein wohl neu definiert werden. Zu tief steckt die Musik in uns drin, als dass wir uns den Menschen ohne sie vorstellen könnten. Zu tief steckt Musik in der Struktur unseres Gehirns, zu tief prägt sie unsere kognitiven Fähigkeiten, zu stark ist sie mit unserer sozialen Wirklichkeit verknüpft, als dass man sie einfach »amputieren« könnte. »Musik unterstützt vom ersten Wiegenlied an soziale Bindungen«, schreibt Altenmüller, »sie fördert Gruppensynchronisierung, entlastet uns durch Trance-Erlebnisse von den Bürden der Existenz, erhöht das Wohlbefinden und löst Glücksgefühle aus. Musik war immer wichtig für das, was uns Menschen ausmacht [...]«

Fragt sich nur, warum Musik diesen hohen Stellenwert besitzt, warum sie uns so innig berührt, warum sie uns so viel zu »sagen« hat. Professor Altenmüller hat sich darüber im ersten Teil seines Buches einige kluge Gedanken gemacht (»Vom Wesen der Musik«). Er glaubt, dass die Musik evolutionär aus stimmlichen Affektlauten hervorging, klagenden, bittenden oder zufriedenen

Tönen, wie sie auch Tiere und Kleinkinder benutzen und wie sie unsere »Sprachmelodie« bis heute färben. Diese emotionalen Lautsignale waren ein erstes Kommunikationssystem, das aber, als die menschliche Kommunikation differenziertere Mitteilungen verlangte, zugunsten einer Gesten- und schließlich Wortsprache aufgegeben wurde. Der französische Romanschriftsteller Marcel Proust hat es so formuliert: »Musik ist wie eine Möglichkeit, der nicht weiter stattgegeben wurde; die Menschheit hat andere Wege eingeschlagen, die der gesprochenen und geschriebenen Sprache.«

Ist Musik also ein rudimentäres, von der Evolution nicht weiter verfolgtes Kommunikationssystem? Oder entstand Musik vielleicht erst, als dieses emotionale Laut-

system für die primäre Verständigung nicht mehr gebraucht wurde und somit als »Spielfeld« offen stand? Wie auch immer: Musik ist bis heute ein zweiter Kommunikationskanal neben der Sprache geblieben. Musik sendet emotionale Signale und erfüllt soziale Aufgaben, die einst für das Überleben der Menschen wichtig waren – und die es eigentlich heute noch sind. Musik unterstützt das sexuelle Werben und damit die Fortpflanzung der menschlichen Art. Musik reguliert bei Säuglingen den Cortisol-Spiegel und erhöht damit die Überlebenschancen. Musik schafft Gruppenidentität und stärkt die Kooperation – schon bei Kindern. Musik synchronisiert Arbeitsabläufe, wirkt euphorisierend und gedächtnisstärkend, fördert also die Leistungsfähigkeit des Sozialverbandes. Musik verändert den Hormonhaushalt des Menschen, stärkt die Abwehrkräfte, betäubt den Schmerz, baut Ängste ab. Musik ist die Droge, auf der die menschliche Zivilisation errichtet wurde.

» DAS BUCH

Eckart Altenmüller: Vom Neandertal in die Philharmonie. Warum der Mensch ohne Musik nicht leben kann

Springer-Verlag

ISBN 978-3-8274-1681-0

Mit Coupon für die kostenlose eBook-Ausgabe und zahlreichen QR-Codes/URLs zu Tonbeispielen im Internet.



Musik entsteht im Kopf

Im zweiten Kapitel seines Buches erklärt uns Altenmüller unsere Musikwahrnehmung – das heißt: wie wir aufgrund kleiner Schallbewegungen der Luft, die an unser Ohr dringen, in unserem Gehirn die Musik erst »konstruieren« (»Musik hören – Musik entsteht im Kopf«). Damit aus den spärlichen Hör-Informationen ein detailliertes Musik-Erlebnis wird, braucht es angesammelte Hör-Erfahrung. »Der Hörsinn verfügt wohl von allen Sinnen über die größte Lernfähigkeit«, schreibt der Autor. »Unser Gehör lernt in Sekundenschnelle und zugleich über viele Jahre hinweg.« Wie unser Gehirn Musik verarbeitet, ist letztlich also abhängig von unserer persönlichen »Hörbiografie« – sie hat sich niedergeschlagen in den Hirnbereichen, die wir beim Musikhören einsetzen. Bei Berufsmusikern zum Beispiel beschäftigt die Musik mehr die linke Gehirnhälfte, also das analytische Denken. Denn erstens achten Musiker beim Hören stärker als der Laie auf Technik und Konstruktion des musikalischen Geschehens. Und zweitens bringen sie in der Regel mehr Fachwissen mit, das in ihren Hörprozess einfließt.



Das dritte Kapitel (»Musik machen«) behandelt die neurophysiologischen Aspekte des Musizierens. Die virtuose Beherrschung eines Instruments gehört zu den komplexesten Leistungen des menschlichen Organismus. »Das Blasinstrumentenspiel«, schreibt Altenmüller, »erfordert die präzise Koordination von zahlreichen Körperfunktionen. Atmung, Zungenbewegungen, Formung der Mundhöhle, Lippenvibrationen und die Fingerfeinmotorik sind in einem überaus genauen Zusammenspiel aufeinander abzustimmen.« Im Extremfall ist die Koordination gar nicht mehr bewusst durch den Musiker kontrollierbar – das Zusammenspiel der Bewegungen muss durch Üben automatisiert werden. Schon nach 30 Minuten Üben lassen sich in der Hirnstruktur des Musikers Veränderungen

nachweisen. Das Netzwerk der Koordination im Gehirn wird durch Üben »rationalisiert« und arbeitet »effizienter«. Überhaupt fördert Musizieren die Plastizität des Gehirns und kann damit auch neurologischen Erkrankungen wie Parkinson oder Alzheimer vorbeugen.

Angstgefühle und Glückshormone

Im vierten Kapitel (»Musik fühlen«) geht es um die emotionalen Effekte der Musik, die von stiller Rührung bis hin zur Massenhysterie reichen können. Der Zusammenhang von Musik und Gefühlen ist immer noch wenig erforscht. Der Ursprung von Musik im »Affektlaut« kann hier nicht alles erklären. Möglicherweise gründet unsere starke emotionale Bewegtheit durch Musik

sogar in einer Urzeit, in der der Mensch ständig bedroht war und die schnelle Reaktion auf Geräusche ihm das Leben retten konnte. Unerwartete Wendungen in der Musik können zum Beispiel die Amygdala aktivieren, die für Angstgefühle zuständig ist – Angst war überlebenswichtig in der Savanne. Sehr berührende Musik macht uns dagegen oft Gänsehaut oder sendet einen Schauer über den Rücken (»Chill-Effekt«) – hier besteht offenbar ein Zusammenhang mit dem wärmenden »Fell-Aufstellen«, wenn Primatenkinder ihre Mutter rufen hören. Schon Charles Darwin meinte, dass Musik Gefühle erwecke, »welche vor längst vergangenen Zeiten gefühlt wurden«.

»Mit Musik heilen« heißt das fünfte und letzte Kapitel von Eckart Altenmüllers Buch. Musik hilft nicht nur, den menschlichen Organismus und den Sozialverband zu stärken, sondern kann ganz gezielt gegen bestimmte emotionale und neurologische Erkrankungen eingesetzt werden. Der Autor gibt hier einen kompakten Überblick über musiktherapeutische Ansätze von der Antike bis in die jüngste Gegenwart. Die tröstende, das Gemüt aufhellende, antidepressive Wirkung von Musik wird seit Jahrhunderten beschrieben. Die Neurowissenschaft kennt das als Ausschüttung von Glückshormonen wie Dopamin und Adrenalin. Studien beweisen, dass Musik auf diese Weise chronische Schmerzen und Erkrankungen wie Hypertonie und Rheuma lindern kann. Unter therapeutischer Leitung lassen sich mit Musik auch individuelle Lebensängste reduzieren. »Der Schmerzenswogen wirres Drängen, es glättet sich vor deinen Klängen«, heißt es in Bruckners Chorstück »Trösterin Musik«.

Besonders in der Behandlung von neurologischen Ausfällen (zum Beispiel bei Parkinson- und Schlaganfall-Patienten) sind konkrete Therapie-Erfolge zu verzeichnen. Schon der Abbau von Depressionen, Ängsten und Stress durch die Musik verbessert oft den Allgemeinzustand dieser Patienten. Ihre Beschäftigung mit Musik kann wieder Motivation, Interesse und Gedächtnisleistungen wecken. Weil die Musik die Neuroplastizität fördert, erleichtert sie den Aufbau neuer Nervenverbindungen im Gehirn und kann auf diese Weise mithelfen, Bewegungs- und Sprechstörungen zu überwinden. Bei Demenz-Patienten, die ihre Persönlichkeit zu verlieren drohen, kann Musik noch lange Zeit Gefühlspotenziale ansprechen, die schon verschüttet schienen. ■

»ECKART ALTENMÜLLER

ist Direktor des Instituts für Musikphysiologie und Musiker-Medizin der Hochschule für Musik, Theater und Medien Hannover. 2013 ist er mit dem Wissenschaftspreis Niedersachsen als herausragender Wissenschaftler einer Universität ausgezeichnet worden. Nach dem Medizinstudium in Tübingen, Paris und Freiburg und dem zeitgleichen Musikstudium an der Musikhochschule Freiburg (Hauptfach Querflöte, Klasse Nicolët, später Klasse Bennett) promovierte Altenmüller 1983 über die Gangentwicklung bei Kleinkindern. Während der Assistenzzeit in der Abteilung für klinische Neurophysiologie in Freiburg entstanden die ersten Arbeiten zur Hirnaktivierung beim Musikhören. Von 1985 bis 1994 absolvierte Altenmüller an der Universität Tübingen die Facharztzeit für Neurologie und habilitierte sich 1992 im Fach Neurologie. Seit der Berufung nach Hannover 1994 sind zahlreiche Arbeiten zum auditiven und sensomotorischen Lernen, zur Störung der Musikverarbeitung nach Schlaganfällen und zur emotionalen Verarbeitung von Musik entstanden. Seit 2003 sind die neuropsychologischen Grundlagen der Gestaltung des emotionalen Ausdrucks beim Musizieren ein weiteres wichtiges Forschungsthema. Altenmüller hat über 250 Fachpublikationen verfasst und ist Mitglied zahlreicher nationaler und internationaler Gremien.

Kennen Sie eine Rampensau? Der Duden weist »Rampensau« dem saloppen Sprachgebrauch zu und definiert sie 1. als »leidenschaftlichen Bühnenkünstler« und 2. als »jemand, der, im Mittelpunkt stehend und andere in den Hintergrund drängend, in der Lage ist, durch seine Leidenschaftlichkeit mitzureißen« (www.duden.de). Wir wissen, dass Rampensäue (so der korrekte Plural) außerdem offenbar keine Nerven haben oder solche wie Drahtseile. Rampensäue lassen sich durch nichts beeindrucken und sind jederzeit Herr der Lage. Lampenfieber oder gar Auftrittsangst sind für die gemeine Rampensau Fremdworte. Und wir wissen: Eine Rampensau ist man – oder eben nicht. Oder?



HYPNOSE

ES GEHT UM DAS GUTE GEFÜHL AUF DER BÜHNE

Beinahe jeder (mit Ausnahme der genetischen Rampensäue natürlich) kennt die Situation: Kurz vor dem Auftritt wird die Atmung flacher, die Hände werden kalt und feucht, der Puls schaltet ungebeten auf stringendo. Blitzen gleich schießen Bad-bis Worst-Case-Szenarien durch den Kopf. Wird die Stelle X funktionieren? Was passiert, wenn ich mich bei Stelle Y verzähle, oder noch viel schlimmer, wenn sich der Kollege verzählt und ich meinen Einsatz nicht abnehmen kann? Was, wenn mein Mund bei den hohen Tönen wieder trocken wird? Soll ich mich nicht lieber durch eine vorgetäuschte Fieber- oder Übelkeits-attacke dem Auftritt entziehen?

Diese Empfindungen würden die meisten wohl unter »Lampenfieber« zusammenfassen. Für Daniel Schmidt vom Team »Rampensau.Training« ist Lampenfieber eine positive Sache: »Das ist für mich die positive Anspannung, dieses Kribbeln in den Fingern, das mir sagt, dass ich jetzt da raus will auf die Bühne!« Maximilian Höcherl, ebenfalls ein »Rampensau.Trainer« fühlt sich auf der Bühne ganz einfach wohl und würde sich in den meisten Fällen wohl selbst auch als Rampensau bezeichnen. »Und für die Fälle, wenn es mal nicht so ist, habe ich mir ein Skillset zurechtgelegt, einen Werkzeugkasten, der mich dann weiterbringt.« Diesen Werkzeugkasten gegen negatives und für positives Lampenfieber haben die beiden strukturiert und bieten den Inhalt interessierten Musikern an, aber auch anderen Performern.

»Hilfe zur Selbsthilfe«, so könnte man be-

schreiben, was die beiden Trainer in ihren Workshops betreiben. Generell, so glaubt Daniel Schmidt, kann jeder lernen, sich auf der Bühne wohl zu fühlen. Dabei wäre es zuvorderst wichtig, sich mit der Thematik zu befassen. »Man gesteht sich bei unserem heutigen aktiven Zeitgeist nicht oder nur sehr ungern selber Schwäche zu«, weiß Maximilian Höcherl. Lampenfieber und Auftrittsangst sind ein regelrechtes Tabuthema in der Profiszene – und darüber hinaus. »Viele vielversprechende Talente entscheiden sich gegen eine musikalische Berufslaufbahn, weil sie Probleme mit Auftrittsängsten haben«, weiß Höcherl aus seinem eigenen Kommilitonenkreis an der Musikhochschule. Das Thema sei also durchaus aktuell und weit verbreitet, aber in der öffentlichen Wahrnehmung leider völlig unterrepräsentiert, weil nicht darüber gesprochen werde.

Das Mittel, das Höcherl und Schmidt in ihrem »Rampensau.Training« gegen die Nervosität vor Auftritten – oder besser: für ein gutes Gefühl auf der Bühne – einsetzen, ist die Hypnose. Wer bei diesem Begriff an willenlos gackernd herumhopsende Menschen denkt, die von einem großen Manipulator per Pendel ins Bewusstsein nirgendwo geschickt werden, der liegt falsch: »In diesen Hypnoseshows, die man aus dem Fernsehen kennt, sind etwa 10 Prozent Hypnose, 90 Prozent sind andere Dinge: Es geht darum, dass Leute gern bei so etwas mitspielen, gern mal vor der Kamera stehen würden und so weiter.« Richtige Hypnose hingegen sei etwas anderes, so Schmidt weiter: »Hypnose ist ein

einfaches Tool, mit dem man seinen eigenen geistigen Zustand verändern kann, und zwar kontrolliert und ganz bewusst. In unserem Trainingsprogramm zeigen wir den Teilnehmern, wie sie diesen Zustand für sich selbst nutzen können.«

James Braid, der als einer der Erfinder der Hypnose gilt, wollte den Begriff, den er im 19. Jahrhundert für das Verfahren einführte, nach kurzer Zeit schon wieder zurücknehmen. Denn das Wort »Hypnose« lehnte er an die griechische Vokabel »hypnos« an, die Schlaf bedeutet. Braid stellte aber schon bald fest, dass die Patienten in Hypnose keineswegs schlafen, sondern – ganz im Gegenteil – sogar sehr wach sind. »Das kann man heute mit verschiedenen bildgebenden Verfahren sehr gut nachweisen«, weiß Daniel Schmidt. Die Hypnoseshows aus dem Fernsehen hätten leider bei vielen Menschen die Grundangst geweckt oder verstärkt, in der Hypnose die Kontrolle zu verlieren.

Was ist Hypnose nun aber? Wie wird in der Hypnose gearbeitet? »In der Hypnose bin ich in einem Trancezustand, in dem ich ganz bei mir und meinem natürlichen Empfinden von Richtig und Falsch bin. In diesem Zustand kann mir niemand etwas »aufschwätzen«. Der Hypnotiseur gibt Suggestionen. Das Wort kommt vom englischen »to suggest« – vorschlagen. Der Hypnotiseur macht also Vorschläge, was ich mit diesem Vorschlag mache, entscheide ich dann in meinem Trance- und Entspannungszustand selbst.« Diese Vorschläge zielen darauf ab, Wahrnehmungen und

Verhalten des Hypnotisanten in Bezug auf die angstbeladene Situation nachhaltig zu verändern. »Es ist ähnlich, wie wenn ich mich mit einem guten Freund über eine Sache unterhalte. Auch er wird mir möglicherweise Vorschläge machen, und ich bin vielleicht geneigt, diesen Vorschlägen zu folgen, weil ich meinem Freund vertraue. Deshalb ist das Vertrauensverhältnis des Hypnotiseurs zum Hypnotisanten sehr wichtig.« In diesem speziellen Trancezustand der Hypnose werden natürlich andere Ebenen des Bewusstseins angesprochen als im Gespräch »bei einem Bier« unter Freunden.

Wer übrigens beim Stichwort »Suggestion« an autogenes Training denkt, liegt gar nicht so ganz verkehrt. »Autogenes Training ist eine Entspannungsform, die sehr strukturiert Selbstsuggestionen einbaut, die die eigene Entspannung fördern sollen. Autogenes Training als Entspannungsform ist eine sehr gute Grundlage für den Weg in die Hypnose. In der Hypnose können wir allerdings sehr viel flexibler nach den Bedürfnissen des Hypnotisanten schauen«, erklärt Schmidt.

Allerdings ist nicht jeder Mensch gleich empfänglich für hypnotisches Arbeiten. Die Einfachheit, mit der jemand in den hypnotischen Zustand wechseln kann, sei im psychologischen Fachterminus »normal verteilt«, sagt Schmidt: »Bei manchen klappt es sehr gut, bei den meisten gut, bei manchen nicht so gut.« »Aber man sagt auch: »resistance equals fear«. Innere Widerstände gegen die Hypnose werden durch Ängste ausgelöst – beispielsweise durch die Angst vor Kontrollverlust«, ergänzt Maximilian Höcherl. »Deshalb hilft es in den meisten Fällen, das Prozedere und die Wirkung der Hypnose mit den Hypnotisanten zu besprechen.«

Weil nicht alle Menschen jederzeit empfänglich sind für Hypnose, »schauen wir natürlich, dass wir einen großen Werkzeugkasten dabei haben«, erklärt Daniel Schmidt. Dabei gehe es darum, schon in der Vorbereitung zu einem Auftritt zu sehen, wie jemand an diesen Auftritt herangeht: »Welche Ziele habe ich, wenn ich auf die Bühne gehe? Welche Erwartungen habe ich? Wie gehe ich mit mir selbst um? Wir sprechen da also eher die Kopfebene an.«

Ab welchem Grad sollte man nun zum »Rampensau.Training« kommen? »Man müsste eigentlich wagen, sich fortbilden zu

wollen, bevor es zu einem Problem wird«, erklärt Maximilian Höcherl. »Leider haben die meisten Leute auch Angst davor, sich mit der Angst auseinanderzusetzen.« Viele halten sich auch so lange mit »jetzt reiße dich mal zusammen« über Wasser, bis der Leidensdruck so groß wird, dass man eben doch das Gefühl hat, »etwas tun« zu müssen, weil man nicht mehr in der Lage ist, die Leistung abzurufen, die man zu bringen imstande wäre. »Als Psychologe ist mir da noch eine Unterscheidung sehr wichtig: Wenn ein Profimusiker zum Arzt geht und sagt, er möchte krankgeschrieben werden, weil er nicht mehr auf die Bühne kann, dann ist das eine klinische Angststörung.« An dieser Stelle kommt das »Rampensau.Training« zu spät.

Die Coaches Höcherl und Schmidt setzen auf einen erfahrbaren Unterschied. Darauf, dass es ein »vorher« und ein »nachher« gibt. »Aber es heißt nicht umsonst »mentales Training! Es passiert nichts von allein. Wir erarbeiten mit den Workshopteilnehmern Techniken und Strategien, die sie dann aber weiterverfolgen, trainieren und in ihren Alltag integrieren müssen«, schränkt Schmidt ein. Hypnose ist also kein Wunderverfahren, und Höcherl/Schmidt sind keine Wunderheiler.

Aber gibt es eine kleine Strategie, die man quasi als »Appetithappen« für einen »Rampensau«-Workshop vorab verraten kann? »Ja klar«, lacht Daniel Schmidt. »Letztlich geht es darum, dass wir mit einem guten

Gefühl auf die Bühne gehen. Jeder hatte dieses gute Gefühl schon einmal, jeder erinnert sich an diesen Auftritt, bei dem einfach alles gepasst hat. Wenn ich mich auf einen Auftritt vorbereite, versetze ich mich noch mal in diese perfekte Situation zurück, steige sozusagen in diese Stiefel noch mal rein: Wer war da bei mir? Wer stand mit mir auf der Bühne? Wie ging es mir da? Was hat der Körper da alles gegeben? Das kann ein Kribbeln in den Fingern gewesen sein, das kann eine bestimmte Art des Atmens gewesen sein, das ist bei jedem ein bisschen anders. Aber sich in diesen Moment noch mal reinzusetzen, das ist *die* Erste-Hilfe-Maßnahme schlechthin.«

Maximilian Höcherl und Daniel Schmidt bieten ihr »Rampensau.Training« im Rahmen ihrer Workshops an, aber auch als Gruppencoaching beispielsweise für Musikvereine oder Orchester. Gerade der Laien- und Amateurbereich liegt Maximilian Höcherl ohnehin besonders am Herzen: »Ich komme ja aus einem Musikverein. Diese Zeit hat mir für meinen musikalischen Werdegang so viel gegeben. Deshalb finde ich es sehr wichtig, dass gerade die Leute, die die Musik mit großer Leidenschaft als Hobby ausüben, auch Spaß daran haben!« Schließlich sollte Leidenschaft nicht unbedingt etwas sein, das Leiden schafft. ■

Infos und Workshoptermine
www.rampensau.training

» DAS »RAMPENSAU«-TEAM

Maximilian Höcherl begann seine musikalische Karriere im heimischen Kirchenchor – als Sopran. Im örtlichen Musikverein fand er zum Waldhorn, das ihn fortan begleitete. Auf die Stationen Musikverein, (verschiedene) Jugendsinfonieorchester und Jungstudium an der Musikhochschule München folgten ein Schulmusikstudium und ein Jazzgesangsstudium. Schon während des Studiums interessierte er sich für Hypnose und bildete sich in mehreren Hypnose-Ausbildungen fort, unter anderem bei der National Guild of Hypnotists.



Daniel Gregor Schmidt entdeckte sein Interesse an der Psychologie während des Zivildienstes an einer psychosomatischen Klinik. Zu dieser Zeit war er bereits als Posaunist Jungstudent am Münchner Konservatorium. Während seines Musikstudiums widmete er sich auch der Sozial-, Entwicklungs-, Persönlichkeits-, Arbeits- und Organisationspsychologie. Er absolvierte eine fundierte Coaching-Ausbildung sowie zahlreiche Fortbildungen in Hypnose und Entspannungsverfahren.



Das ganze Redaktionsgespräch finden Sie als Podcast unter podcast.clarino.de

PSYCHOLOGIE IN DER MUSIK

»MUSIK IST DAS GOLD UNSERER SEELE«

Von Stefan Fritzen

Unser Thema heute setzt sich mit einem Sachgebiet auseinander, das ungeheuer vielschichtig und umfangreich selbst auf dem Gebiet der Musik ist und ebenso viel Raum für Interpretationen und Deutungen bietet, die leicht in ein dilettierendes pseudo-wissenschaftliches Vermuten der Musiker entgleiten.

Deshalb möchte ich dazu am Anfang ein kleines Bonmot aus meinem Leben beisteuern: Ich arbeitete, noch in der DDR lebend, in einer Arbeitsgruppe der arbeitshygienischen Beratungsstelle für Theater und Orchester der DDR mit, deren Thema die Erstellung eines Professiogramms, also eines Berufsbildes war, das verbindliche Kriterien für die Tätigkeit eines Musikers erarbeiten sollte, die auch arbeitsrechtlich verwertbar wären. Großen Raum in diesem Thema nahmen die psychologischen Aspekte unseres Berufes ein. Ein renommierter Instrumentalprofessor, der seinen Unterricht wohl mehr aus dem Bauch heraus gab, fasste seine Lehrerkenntnisse mit dem Satz zusammen: »Ja, ja, die Psychologie!«

Die Psychologie ist die Wissenschaft vom Seelenleben. Wenn wir über dieses sprechen, müssen wir immer auch über die Harmonie von Geist, Körper und Seele nachdenken. Nur diese Harmonie ist ein Garant für seelische Gesundheit auch beim Musizieren. Im Folgenden werde ich nicht die Erkenntnisse renommierter Psychologen zusammentragen, sondern die aus diesen Erkenntnissen gewonnenen persönlichen Erfahrungen schildern und begründen. Ich bleibe also »bei meinen Leisten« und schildere trotzdem Verallgemeinerbares.

Die Musikpsychologie ist eine Sparte der systematischen Musikwissenschaft. Sie erforscht allgemeine Gesetzmäßigkeiten des Musizierens und des Musikhörens mit den Methoden der Psychologie. Zu ihren Themen zählen:

1. die Wahrnehmung von Musik
2. musikalische Sozialisation
3. Musikverstehen und
4. die Schaffung von Musik (Komponieren, Interpretieren, Improvisieren).

Allgemeine psychologische Aspekte beinhalten den Erwartungsdruck (Lampenfieber), das mentale Training und Konzentrationsübungen beim Instrumentalspiel. In Deutschland befasst sich die 1983 gegründete »Deutsche Gesellschaft für Musikpsychologie« mit dem Thema. Sie gibt die Rahmenbedingungen vor und benennt die Forschungsfelder, die gezielt aus der musikalischen Praxis entwickelt werden. Das Thema sollten wir deshalb wenigstens in zwei Bereiche trennen:

- Als erstes gilt es, die Bedingungen im Unterricht, in Bewährungssituationen und im Orchester zu betrachten.
- Danach wäre es wichtig, über seelische Wirkungen der Musik ganz allgemein nachzudenken.

Die Weisheit der Jahrtausende

»Sage es mir, und ich vergesse es; zeige es mir, und ich erinnere mich; lass es mich tun, und ich behalte es.« Diese Erkenntnis des chinesischen Philosophen Konfuzius (ca. 551 bis ca. 479 v. Chr.) gilt auch heute noch als Grundlage jeglicher lehrender Unterweisung. Noch immer allerdings führen traditionsorientierte Musikerzieher vor Beginn einer Ausbildung sogenannte Eignungstests oder Begabentests durch. Ein bekannter Test ist die von Edwin E. Gordon

1965 entwickelte Begabtenprüfung »Musical Aptitude Profile«. In diesem werden das tonale Vorstellungsvermögen in Melodie und Harmonie, das rhythmische Empfinden in Tempo und Metrum und musikalische Urteilsfähigkeit in Phrasierung und Homogenität geprüft. Weitere Prüfungen wurden von Arnold Bentley 1966 vorgestellt. Sein Thema lautet: »Musikalische Begabung bei Kindern und ihre Messbarkeit«. Es werden ähnliche Unterscheidungsmerkmale wie bei Gordon zugrunde gelegt. Ein weiterer Test ist der sogenannte »Wiener Test für Musikalität« von Vanecek, Preusche und Längle. Bei meiner genaueren Auseinandersetzung mit all diesen Tests und noch vielen weiteren hatte ich den Eindruck, dass »nur alter Wein in neue Schläuche umgefüllt« wurde. Alle oben genannten Parameter wurden schon vor Generationen in vergleichbarer Weise abgefragt.

Hausmusik?

Dabei darf man nicht vergessen, dass Singen und Musizieren bis hin zu den vielen »Küchenliedern« früher in deutschen Haushalten zur kulturellen Alltagsgestaltung zählte und schon Kleinkinder die Kirchenlieder oder Kinderlieder mit der Mutter oder Großmutter mitsangen, ohne etwas über musikalische Regeln zu wissen. Gewissermaßen »mit der Muttermilch« nah-



Foto: highwaystarrz / Fotolia



men Kinder Text und Melodie der Lieder auf und erfüllten nahezu ohne erklärende Worte den teilweise sentimentalen Gefühlsreichtum der bei der Arbeit oder zum Einschlafen gesungenen Lieder. Der aktive Umgang mit Musik gehörte so sehr ins Alltagsleben der Menschen, dass man sehr früh erkannte, ob ein Kind die »Melodie halten« konnte. Musik wurde im täglichen Umgang nicht »verwissenschaftlicht«, sondern im konfuzianischen Sinne »getan«.

Musik ist zuallererst Sprache! Ich musste immer wieder bei Aufnahmeprüfungen erleben, dass Kinder Tonhöhen nicht benennen konnten, weil sie mit Begriffen wie »hoch oder tief« oder gar »höher oder tiefer« nichts anzufangen wussten. Sie konnten auch nicht mehr kindlich singen, da sie nur das elektronisch verzerrte Schlagergebrüll nachzuahmen bemüht waren und demzufolge auch kein intuitives Melodiebewusstsein entwickeln konnten. Einzig das Nachklopfen von Rhythmen funktionierte noch einigermaßen.

Wenn ein Kind nicht mehr spielerisch hörend in die Sprache der Musik eingeführt wird, bleibt für die kindliche Seele eigentlich nur noch das Verstummen. Deshalb ist die musikalische Früherziehung so wichtig, denn sie füllt unter anderem die Lücke, die Eltern und Großeltern in der kindlichen Bildung heute hinterlassen. Gute Früh-

erziehung öffnet die Seelen der Kinder für den Reichtum von Tönen und Klängen und bietet ihnen Gelegenheit, noch vor den kognitiven Anforderungen der Schule tiefe Gefühle durch Musik zu erleben.

Lernpsychologie

Die gesamte menschliche Bildung beruht auf der Fähigkeit des Menschen, sich in der Auseinandersetzung mit der ihn umgebenden Welt auszuformen, sein Wissen zu ergänzen und sich speziellen Anforderungen anzupassen. Dieser Prozess der Vervollkommnung, der systemisch ist, war schon immer die Grundlage wissenschaftlicher, philosophischer, psychologischer und anthropologischer Betrachtungen und Untersuchungen. Der Grad der Vervollkommnung korreliert immer mit der kognitiven und emotionalen Intelligenz des Einzelnen, die zu erkennen Aufgabe eines Lehrers ist, der seinerseits Lehrprogramme entwickeln muss, die dem Individuum nutzen und nicht nur auf allgemeine Lernziele verweisen. Der Lehrer muss dem lernenden Instrumentalisten musikalische Wertmaßstäbe aufzeigen, die Grundlage des Strebens nach Perfektion sein sollten. Höchste musikalische Langzeitleistungen sind nur in der Harmonie von Körper, Geist und Seele möglich. Es genügt nicht, bloße empirisch-praktizistische Erfahrungsvermittlung zu betreiben, sondern der Unterwei-

sende muss tief in die Seele des Lernenden einzudringen versuchen, um die Gesamtheit seiner Fähigkeiten zu erkennen. Förderung der musikalischen Intelligenz, des musikalischen Gedächtnisses und der Fähigkeit, verschiedene künstlerische Arbeitsanforderungen gleichzeitig zu beobachten oder auszuführen, gehören unverzichtbar zur individuellen Förderung des Einzelnen.

Schwerpunkte der Bildungsarbeit

Im Folgenden sollen einige Punkte der Psychologie des Lernens und des Übens genauer ausgeführt werden. Musikalische und allgemeine Intelligenz, hier als Erkenntnis- oder Denkfähigkeit definiert, stehen in unmittelbarer Wechselbeziehung zueinander; sie sind wesentlich von der Bildungs- und Ausbildungsstufe jedes Einzelnen abhängig.

- Sinnerfülltes Erkennen und Differenzieren komplexer formaler und musikalischer Zusammenhänge bei einer klanglichen Vorgabe oder aus dem Notenbild heraus; Förderung der Abstraktionsfähigkeit
- Entwicklung der Fähigkeit zur analytischen Bewertung formaler, klanglicher und ästhetischer Grundlagen der Musik; Funktion von Sprache und Begriff
- Entwicklung eigener musikalischer Niveauvorstellungen und Bedürfnisse sowie Erkenntnis der Verbindung objektiver und subjektiver Gestaltungsmöglichkeiten (Agogik)
- Förderung von Improvisationsgabe und musikalischer Kreativität und Spontaneität
- Entwicklung von Spielfreude und Lust am Musizieren
- Förderung beim Erkennen und Überwinden individueller instrumentaler Probleme und bei der Erarbeitung individuell angepasster instrumentaler Funktionen
- Erhöhung der Reaktionsfähigkeit auf unerwartete musikalische Situationen, zum Beispiel beim Orchesterspiel
- Bedeutung der Funktion von Sprache und Begriff bei der Darstellung musikalischer Zusammenhänge; Fachbegriffe und fantasievolle bildhafte Übertragungen als verbale Verständigungsmittel mit den Musikern bei der Gestaltung abstrakter Musik.

Es wird deutlich, dass bei der Wissensvermittlung ein Lehrer mit viel Einfühlungsvermögen auf den Schüler reagieren muss, um dessen Fähigkeiten und Anlagen optimal fördern zu können und ihn nicht in seinem Wesen zu verunsichern. Nur eine stabile Persönlichkeit kann die Fülle aller

Anforderungen realisieren. Störungen führen allzu leicht zu Neurosen und kleinmütigen Selbstzweifeln.

»Hören tut er gut«

Lassen Sie mich noch einige Überlegungen zum musikalischen Gehör anfügen. Das musikalische Gehör ist wie alle anderen Hörleistungen von den physiologischen Vorgängen im menschlichen Ohr bzw. von der übergeordneten Zentrale dieses Sinnesorgans abhängig, die sich im Hörzentrum des Gehirns befindet.

Alle anderen Definitionen des musikalischen Gehörs gehören in den Bereich des musikalischen Gedächtnisses und der musikalischen Intelligenz! Hören ist also im musikalischen Sinne weitgehend erlernbar. Deshalb besteht sowohl das aktive als auch das passive Hören zunächst aus Sprache und Begriffen, ohne die musikalische Hörleistungen und allgemeines Hörverständnis in einer Gruppe gar nicht möglich wären. Dieses Problem zeigte ich schon bei dem Teil über Eignungstests. Da nur ein Bruchteil der musikalischen Forderungen und Anweisungen im Notentext enthalten ist, kommt der Gehörbildung (im Sinne der analysierenden und wertenden Hörschulung) und dem Gedächtnistraining eine besondere Bedeutung zu, um die Orchesterarbeit zeitlich effektiv zu gestalten und zu einem auch das Publikum überzeugenden Ergebnis zu gelangen.

Nachfolgende Kriterien müssen das tägliche Hörtraining bestimmen:

- Entwicklung von differenzierten klanglichen und ästhetischen Hörgewohnheiten und Hörbedürfnissen



- Entwicklung eines Standardtongedächtnisses und der Fähigkeit des sicheren Benennens und Behaltens von Intervallen und Akkorden
- Aufzeigen der Gesetzmäßigkeiten von linearer (melodischer) und vertikaler (akkordischer) Intonation beim Orchesterspiel
- Entwicklung des Klangfarbenhörens auf dem eigenen Instrument oder in der Kombination mit anderen Instrumentalregistern
- Perspektivisches Hören und dynamisches Gestalten in einer Musiziergemeinschaft
- Entwicklung der Fähigkeit, komplexe musikalische Vorgänge im Gedächtnis zu speichern (Auswendigspielen im Orchester und mentales Training).

Alle aufgeführten Parameter werden heute sowohl empirisch als auch mit den Methoden der Lernpsychologie vermittelt und erübt. Zu diesen sind unter anderem zu rechnen:

- die biologischen Voraussetzungen
- sozio-kulturelle Aspekte
- Lernen als bedingte Reflexe
- Lernen durch Versuch und Irrtum; Üben auf dem Instrument (Wiederholung und steigende Variationen)
- Lernen durch Verstehen und Einsicht.

Sowohl der Lehrende als auch der Lernende muss die einzelnen Faktoren zu einer Synthese vereinen. Voraussetzung dafür ist die Motivation des Lernenden. Diese fördert zusätzlich die Erhöhung von bemühender Ausdauer und Konzentration. Die Motivation verstärkt sich zusätzlich durch Erfolgserlebnisse. Diese kann der Unterweisende beeinflussen, indem er seinen Schüler in Bewährungssituationen nicht unbedingt in Leistungsgrenzbereiche hineinzwängt, sondern noch Steigerungsrreserven zulässt. Ich sage zu meinen Musikern vor besonders schweren Stellen immer: »Habt doch den Mut, auch einmal falsch zu blasen; es stirbt doch keiner davon!« Der ermutigende Verzicht auf 100 Prozent führt meist zu 100 Prozent! Ich erinnere mich noch, wie ein berühmter Posaunenprofessor zu seinem Studenten sagte: »Denk' daran, beim ersten falschen Ton wirst du weggeräumt.« So kann man das Seelenleben eines noch Suchenden zertrampeln!

Spannungsfeld Orchester

»Das Orchester ist eine Maschine, die gegen den Dirigenten arbeitet.« Dieser Satz meines Chefs im Berliner Sinfonie-



orchester wirft ein Bild auf das brisante Verhältnis von Dirigenten und Ausführenden. Ich habe Dirigenten noch als wahre »Zuchtmeister« erlebt. Neben meinem Berliner Chef erinnere ich mich an Kyrill Kondraschin, Aram Chatschaturjan, der auch dirigierte, oder George Szell, deren Methoden in der Probenarbeit aggressiv und zynisch waren. Für diese Musiker schienen die Orchestermusiker nur »Handwerker und Mundwerker« zu sein, deren Musikalität nicht gefragt war, da nur das zählte, was der Dirigent sich vorstellte und forderte. Neben einem musikalisch-künstlerischen Absolutismus prägte diese Dirigenten eine gehörige Portion Menschenverachtung. Die Konzerte mit ihnen blieben allesamt auch seltsam leblos.

Motivation durch Zusammenarbeit und partielle Selbstaufgabe

Gute Orchesterleistungen sind ohne Disziplin der Ausführenden nicht zu erzielen. Diese ist in unserer Gesellschaft bereits ein Reizwort! Disziplin lässt sich nur durch partnerschaftliche Zusammenarbeit und fachliche Ebenbürtigkeit mit dem Dirigenten erzielen. Ein Musiker braucht klare Ansagen, er muss jedoch auch sicher sein, dass seine eigenen Intentionen Eingang in die Vorstellungen des Dirigenten finden. Deshalb ist eine lange Zusammenarbeit mit dem Orchester wünschenswert. Jetset-Dirigenten werden durch die Musikanfrage »Gegen wen spielen wir denn heute Abend?« charakterisiert.

Die Beziehung zum Dirigenten sollte so wie in einer guten Ehe sein: Man kennt vom Partner jede Nuance seiner Reaktionen,

Fotos: tyndyra / iStockphoto, Archiv

weiß auch um seine Schwächen und liebt ihn trotzdem von ganzem Herzen. Man nimmt ihm nicht übel, wenn er mal streng ist, weil man weiß, dass er gerecht ist. Und man findet zu einer künstlerischen Erfüllung, die die eigenen Bemühungen beflügelt und zu beglückenden musikalischen Stunden führt. Ernst von Schuch war ein solcher Dirigent, aber auch Herbert von Karajan und Daniel Barenboim oder Wilhelm Furtwängler. Diese Dirigenten standen Jahrzehnte vor einem Orchester, langweilten nie die Ausführenden und forderten immer Höchstleistungen, die gerne erbracht wurden, auch wenn die Musiker manchmal stöhnten. Schon der bloße Auftritt dieser Magier des Taktstocks führte zu einer knisternden Spannung und zur Bereitschaft, »eigenes Herzblut zu vergießen«.

»Der Musiker ist der potenzielle Feind des Dirigenten.« Dieser zweite Ausspruch meines Berliner Chefs hat Gültigkeit, wenn das Orchester einen Dirigenten ertragen muss, der nur an den Leistungen der Musiker schmarotzt und sich seine Position zu sichern versucht, indem er willkürlich Musiker anzählt oder austauscht und über berufliches Wohl und Wehe der Musiker entscheiden kann. Solche Dirigenten, deren Namen ich hier nicht nennen möchte, die aber jeder kennt, führen zu einer resignierenden Lethargie der Musiker, die sie oft zusätzlich in psychotherapeutische oder psychiatrische Einrichtungen führt. Viele empfindsame Musiker lassen sich vor der Arbeit mit diesen herrschenden Nichtskönern regelmäßig krankschreiben, und Aushilfen ertragen vieles besser. »Für Geld frisst der Teufel Fliegen!«

Fördern durch Fordern mit viel Herz

Beim Amateurmusizieren ist die persönliche Zuwendung des Dirigenten bei der Erarbeitung hoher Leistungen unabdingbar. Vertrauen und Freundlichkeit können Kinder und Laien ungemein motivieren. Dabei muss ein Dirigent immer auch die individuelle Entwicklungsdynamik des Ausführenden vor Augen haben, um sich bei der Förderung des Nachwuchses selbst in Geduld üben zu können.

Aber der Dirigent von Laienorchestern sollte auch immer wieder Disziplin vom Einzelnen fordern. Kuschelpädagogen kommen in der Musik nicht weit. Ich gebrauchte das Wort »Disziplin« bewusst immer wieder in der Ausein-

andersetzung mit den jüngeren Orchestermitgliedern und deren Eltern, um ihnen bewusst zu machen, dass Pünktlichkeit, Zuverlässigkeit und individuelle Vorbereitung Grundvoraussetzungen für das Zusammenleben in jeder Gemeinschaft sind, in deren Handeln eigene und allgemeine Belange positiv miteinander korrelieren müssen.

Piep. Piep, piep – wir haben uns alle lieb

In den ersten Jahren des Bestehens der Mannheimer Bläserphilharmonie wurde ich von Eltern und Schülern immer wieder mit dem Argument konfrontiert, man ginge ja freiwillig in das Orchester und sei demzufolge nicht verpflichtet, an allen Proben und Vorhaben teilzunehmen. Musik solle ja schließlich Spaß bereiten und nicht in Stress ausarten. Mein Argument, dass nur etwas Spaß mache, was man könne, wurde im Regelfall akzeptiert. Auch der Hinweis darauf, dass das Fehlen Einzelner zu zusätzlichen Proben aller führe, da jeder ein unverzichtbarer Bestandteil des großen Organismus einer Musiziergemeinschaft sei, stieß meistens auf Akzeptanz, da viele Eltern oder Schüler zunächst nicht ausreichend über die inneren Strukturen eines Orchesters informiert waren. Oft jedoch stand ich mit meinen Überzeugungen im Gegensatz zu den Lehrern der allgemeinbildenden Schulen, die mich für zu streng erklärten und von Zwangsmethoden in der Orchesterarbeit sprachen, allein. Deren »Liebesmethoden« würden durch meine »väterliche Strenge« konterkariert.

Zehn Minuten vor der Zeit ist des Sängers Pünktlichkeit

Spätestens 20 Minuten vor Probenbeginn sollte der Dirigent im Probenraum anwesend sein, um zu kontrollieren, ob das Orchester ordentlich aufgebaut wird,



sämtliche Schlaginstrumente vorhanden sind und die Notenmaterialien geordnet und für alle verfügbar bereitliegen. Auch die Musiker müssen daran gewöhnt werden, rechtzeitig anwesend zu sein, da pünktlicher Probenbeginn und hohes Arbeitstempo Unruhe und fehlende Konzentration in erstaunlichem Maße verringern.

»Er denkt ja schon wieder...« (aus »Die Feuerzangenbowle«)

Die Ermunterung zum Mitdenken in der Probe fördert die schöpferische Arbeitsatmosphäre, verhindert weitgehend Privatgespräche und verringert Disziplinschwierigkeiten. Unumgängliche Ermahnungen bei Unruhe oder Störungen während der Probe sollten grundsätzlich freundlich, höflich und konsequent formuliert werden. Auf Fragen einzelner Spieler muss der Dirigent immer eingehen, Privatunterweisungen hingegen, zum Beispiel indem der Dirigent seinen Platz verlässt und zu dem Musiker hingeht, sind zu vermeiden, da sie sofort Unaufmerksamkeit und Unruhe bei allen übrigen Musikern auslösen. Die Beantwortung einer Frage oder die Lösung eines musikalischen Problems muss immer allgemeine Aspekte für alle beinhalten.

Bei Unaufmerksamkeit einzelner Spieler empfiehlt sich, diese mit einer musikalischen oder methodischen Begründung zum Einzelspiel aufzufordern bzw. sie auch über große räumliche Distanzen mit den Stimmen mitblasen zu lassen, mit denen gerade gearbeitet wird. Eine solche Maßnahme erhöht sofort die Aufmerksamkeit aller und trägt zum besseren Verständnis des Werks bei. Grundsätzlich darf jedoch der Instrumentalist das Einzelspiel nie als »Strafaktion« des Dirigenten empfinden. Ein solcher Missbrauch der Musik zur Disziplinierung Einzelner lähmt die Spielfreude aller und verunsichert darüber hinaus die betroffenen Spieler. Sie können ihr Leistungsoptimum nicht mehr abrufen.

Falsche »gewerkschaftliche« Diskutanten

In jedem Orchester gibt es Mitglieder, die aus Wichtigtuerei, falschem Demokratieverständnis oder einem »Sendungsbewusstsein als Volkstribun« immer wieder allgemeine, künstlerische oder methodisch-didaktische Positio-

nen des Dirigenten in der Probe hinterfragen und versuchen, dem Dirigenten Gespräche über inhaltliche Aspekte der Arbeit aufzuzwingen. Letztlich stören sie nur die Probe. Wenn es nicht gelingt, diese Talk-Show-Fetischisten ins Leere laufen zu lassen, sollen sie ruhig einmal allen mitteilen, wie sie denken oder was sie ihrer Meinung nach in der Probe tun würden, um das allgemeine Ziel zu erreichen. Meistens liefern sie bei einem solchen Vorgehen in kurzer Zeit dem Dirigenten, der ja im Vorfeld der Probe im Regelfall alles bedacht hat, wunderbare Gegenargumente.

Je größer ein Orchester ist, desto mehr Probleme gibt es in der absolut notwendigen Gleichbehandlung aller Mitglieder. Gegenüber meinen Musikern der Dresdner Bläserphilharmonie habe ich immer wieder betont: »Ich habe das Recht, ungerecht zu sein, denn ich habe immer 80 Musiker und das Kunstwerk vor mir, ihr aber habt die Pflicht, euch gegen Ungerechtigkeit zu wehren!« Ein Dirigent insbesondere von Jugendorchestern ist gut beraten, wenn er sich nach der Probe die Zeit nimmt, Probleme und Vorstellungen einzelner Spieler anzuhören und sich für eine begründete Ungerechtigkeit oder einen »Lapsus linguae« bei dem Betroffenen zu entschuldigen. Das Wissen, jederzeit beim Dirigenten ein offenes Ohr für ein Gespräch zu finden, fördert die schöpferische Atmosphäre in der Probe und beugt Unmut und Missstimmung vor. Die Amateurmusik wird in Deutschland noch immer mit »unfinanzierter« Leidenschaft gespielt. Um diese Leidenschaft zu hegen und zu pflegen, sollte immer an einem leistungsdeterminierten Wir-Gefühl gearbeitet werden. Das ist beim Musizieren unverzichtbar.

Musikalische Sprache und seelischer Ausdruck

Über die Konkretisierung von Inhalten in der Musik findet man in der Musikwissenschaft und Musikpsychologie nur wenige Forschungsergebnisse. Dies liegt vielleicht auch an der Scheu naturwissenschaftlich determinierter Forscher, sich auf das schlüpfrige Feld von musikalischen Ahnungen und transzendenten Vermutungen zu begeben. Und sowohl die Psychologie als auch die Hirnforschung bietet noch viel Raum für wissenschaftliche Spekulationen.

Igor Strawinsky spricht der Musik jegliche Inhaltlichkeit ab und Eduard Hanslick nennt Musik »tönend bewegte Formen«. Barenboim hingegen sagt, dass Musik Leben sei,

aber Holzhacken oder Kochen sind auch Leben. Deshalb spreche ich lieber vom Erleben der Musik. Programmmusiken wie etwa die sinfonischen Dichtungen von Richard Strauss stoßen bei unwissenden Hörern auf Unverständnis oder völlige Fehldeutungen, und bei textgebundener Musik assoziiert der Hörer im Regelfall das Wort mit der Musik und hört eine nicht näher zu erklärende Korrelation von Text und Musik. Andererseits ist unsere musikalische Fachsprache reich an geistig-emotionalen Begriffen und Synonymen. Ich nenne hier nur einige Bezeichnungen wie »funebre, pensioroso, dolce, con fuoco, scherzando, allargando und animato oder con anima«. Letzterer Begriff heißt wörtlich »mit Seele« und meint »aus tiefstem Herzen«. Beide Erklärungen bleiben jedoch auch nur Bilder.

*»Was von Menschen nicht gewusst
Oder nicht bedacht,
durch das Labyrinth der Brust
Wandelt durch die Nacht.«*

Dieser Vers – die letzte Strophe aus Goethes »An den Mond« – zeigt die Gültigkeit auch des seelisch nur Erahnten. Alles Verstehen gewährleistet noch nicht das Verständnis des Ganzen. Ein guter Musiker weiß mit all den Begriffen interpretatorisch etwas anzufangen. Für ihn gibt es eine tief verwurzelte und oft erlernte Synästhesie zwischen außermusikalischen Beschreibungen, Synonymen und Inhalten und einem zu spielenden Musikwerk. Im Regelfall spielt ein Musiker auch ohne Interpretationsanweisungen den Notentext sinnerfüllt. Er weiß, wie er den Klang dynamisch gestalten muss, wie er rhythmische Nuancen setzen sollte und welche Klang-

farben er wählen muss. Viele Musiker können über Musik kaum vernünftig reden. Für sie ist Musik eine autonome, nicht übersetzbare Sprache; man kann sie oder man kann sie eben nicht. Alle Bilder und Vergleiche bleiben Surrogate.

Und der Hörer?

Vor den gleichen Fragestellungen stehen auch die Hörer. Sie müssen sich in den Bann der Spielintensität der Interpreten ziehen lassen und über die Fähigkeit verfügen, wirklich zuhören zu können. Selbst bei einfacher musikalischer Kost gilt für den Hörer: Bildung, Bildung, Bildung! Ohne Wissen erschließt sich unsere Musik dem Hörer nur sehr schwer. Klassische Musik, wozu ich durchaus auch die Moderne zähle, setzt Differenzierung, Sensibilität und Sprachvermögen voraus. Mit »Boah!« und schnellem Messerziehen kommt man nicht an den Reichtum unserer Kunst. Die versittlichende Kraft unserer Musik versickert dann nur noch in der Gosse.

Deshalb ist die weitgehende Reduzierung des Musik- und Kunstunterrichts in unseren Schulen auch eine verhängnisvolle Ursache der Verrohung unserer Gesellschaft. Nicht die Politik, sondern der Einzelne muss die veredelnde Kraft der Kunst formulieren, erleben und sich ihr hingeben. Wenn Kunst eine Grundlage zur Gesittung des Menschen sein kann, woran im Grunde niemand zweifelt, muss man den Umgang mit ihr fördern und pflegen. »Wo man singt, da lass dich ruhig nieder, böse Menschen haben keine Lieder!« In diesem Sinne möchte ich mit einer verallgemeinernden Erkenntnis meine Arbeit beenden: »Musik ist das Gold unserer Seele.«



Foto: Archiv



MO
18