



ÜBEN! ÜBEN! ÜBEN?

MUSIKERZIEHUNG UND MUSIKALISCHE PRAXIS

VON STEFAN FRITZEN

MUSIK IST ALLGEGENWÄRTIG! SIE BEGLEITET UNS BEREITS VOR DER STUNDE UNSERER GEBURT BIS ZU UNSEREM ENDE. IN JEDEM KULTURKREIS UND AUF JEDER MENSCHLICHEN ENTWICKLUNGSSTUFE IST MUSIK ALS KOMMUNIKATIONSMITTEL UNVERZICHTBAR. DIE FANLIEDER AUF DEM FUSSBALLPLATZ, DIE »GROSSEN GESÄNGE« POLITISCHER MACHTHABER, DIE KULTISCH-RHYTHMISCHEN TANZGESÄNGE EINFACHER VÖLKER, ABER AUCH DIE HOCHKOMPLIZIERTE »FELDEINSAMKEIT« VON JOHANNES BRAHMS ODER EIN STIMMUNGSVOLLES BLASKONZERT – SIE ALLE SENDEN BOTSCHAFTEN AUS, DIE UNS IM INNERSTEN BERÜHREN.

Musik ist in der Lage, »uns alle zu beeinflussen, zu beruhigen, zu beleben, zu trösten, zu erregen, Spiel und Arbeit zu organisieren und zu synchronisieren.« (Oliver Sacks: »Der einarmige Pianist«). In dieser Komplexität kann Musik nur noch mit der menschlichen Sprache verglichen werden. Während die Sprache jedoch »nebenbei« im Kontakt mit Eltern und sozialem Umfeld spielerisch erlernt wird, ist für die aktive Darstellung musikalischer Strukturen ein langwieriger Lernprozess vonnöten. Psychologisch findet dieser Lernprozess auf zwei Ebenen statt:

1. der soziokulturellen, in der ein Lernender in der Wechselbeziehung mit seinen Mitmenschen die kulturell-geistigen Traditionen seiner Umwelt kennenlernt
2. der biologischen, auf der angeborene Eigenschaften auf anatomisch-physiologischem und geistigem Gebiet bewusst gemacht und in den Lernprozess eingebunden werden
(siehe auch Correll, Lernpsychologie)

Neurologen und Musikmediziner forschen heute unermüdlich im menschlichen Gehirn nach den Arealen, die die Musikalität steuern und uns alle befähigen, aus einer Ansammlung von Tönen und Geräuschen sinnvolle Strukturen zu erkennen, diese mit der Stimme oder einem Instrument hörbar zu machen oder sie verbal zu beschreiben.

NATÜRLICHES INSTRUMENT STIMME

Aus dem Gesagten ergibt sich, dass mit der Musikerziehung nicht früh genug begonnen werden kann. Im spielerischen Umgang mit Melodien, Rhythmen und Zusammenklängen können bereits Kinder befähigt werden, ihr musikalisches Gedächtnis zu trainieren, rhythmische Strukturen aktiv und passiv zu verfolgen und ihre Stimme als natürliches Instrument zu erfahren. Leider finden heute jedoch bereits Vorschulkinder häufig nicht mehr in ihre natürliche Kopfstimme, da sie schon zum

Beispiel im Kindergarten und im häuslichen Umfeld nahezu ausschließlich durch den gepressten, schreienden Schlagergesang beeinflusst werden. Sie können nicht mehr klar und sauber singen.

Auch sollten Kinder im spielerischen Umgang mit Musik durchaus mit Fachbegriffen umgehen lernen. In unzähligen instrumentalen Aufnahmeprüfungen habe ich immer wieder erlebt, dass Kinder zum Beispiel höhere und tiefere Töne nicht erkennen konnten, weil ihnen in der musikalischen Früherziehung die bildhafte Räumlichkeit von hoch und tief nicht vermittelt wurde.

VERSTÄNDNISVOLLER UMGANG

Gute Musikerziehung muss im Spannungsfeld kognitiver und emotionaler Faktoren stattfinden, um Kinder und Jugendliche zu einem verständnisvollen aktiven und passiven Umgang mit Musik zu befähigen. In diesem Kontext kommt der Funktion von Sprache und Begriff eine besondere Bedeutung zu. Der Schüler soll lernen, sein eigenes musikalisches Tun und dessen Wirkung auf Dritte sachgerecht einzuschätzen, um kreativ und ohne Druck und Verkrampfung an der Vervollkommnung seiner instrumentalen Fertigkeiten arbeiten zu können. Hierfür ist es nötig, dass er frühzeitig vom Lehrer durch Denk- und Formulierungsaufgaben angeregt wird, seine Leistung analytisch zu reflektieren und über musikalische Sinnfragen zu sprechen. Ich habe selbst sehr gern zu Instrumentenvorstellungen Schüler hinzugezogen. Sie haben Vorschulkindern oder Grundschulern ihr Instrument erklärt, darüber gesprochen, wie sie ihre Töne hervorbringen, was sie mit diesen ausdrücken wollen und den kleineren Kindern geholfen, selbst einen Ton zu erzeugen.

Dabei sollte die Sprache vielseitig und fantasievoll sein; ein Schüler muss lernen, die nahezu unendlichen gestalterischen Mög-

lichkeiten beim Instrumentalspiel geistig und verbal zu erfassen. Im Schüler-Lehrer-Dialog sollte immer zunächst der musikalische Fachbegriff verwendet werden. Danach kann man bildhafte Beschreibungen einbringen und dann erst sollten die instrumentenspezifischen blasphysiologischen Möglichkeiten und Notwendigkeiten angesprochen und geübt werden. Zuerst kommt das musikalische Wollen, dann das instrumentale Tun! (Siegfried Bimberg sagt im Lehrbuch für Chorleitung: »Erst reden, dann handeln; so handeln, wie man geredet hat und so reden, wie man gehandelt hat!«)

An dieser Stelle möchte ich die 1. Regel für richtiges Üben aufstellen:

Es gibt keine Regel für richtiges Üben!

Von der ersten Unterrichtsstunde an müssen dem jungen Instrumentalisten ein individueller effektiver Umgang mit Musik und seinem Instrument vermittelt werden. Das klassische Schema »Leistungskontrolle – Bewertung und Korrektur – Stofferweiterung« erweist sich dabei als unzureichend. Der Schüler sollte immer die künstlerische Komplexität seines Tuns erfahren. Deshalb darf er es nicht als frustrierend empfinden,



SCHWERPUNKTTHEMA

wenn der Lehrer an dem Geübten im Unterricht akribisch weiterarbeitet. Das individuelle Üben zu Hause sollte auch vom Schüler nur als Vorbereitung eines in die musikalische Tiefe führenden Unterrichts verstanden werden, der dann wiederum den Schüler motiviert, in seinen häuslichen Exerzitien die gewonnenen Erkenntnisse zu vertiefen und zu erweitern. Deshalb ist es wichtig, nicht in den »verschulden« Kategorien der Noten von 1 bis 6 im Unterricht zu argumentieren. Jeder geblasene Ton ist ein ästhetisches Positivum, also gut. Das Bessere hingegen ist der Feind des Guten und der Lehrer muss dem Schüler verdeutlichen, dass es im künstlerischen Tun nie ein gut genug gibt und die gestalterischen Möglichkeiten schier grenzenlos sind. Selbst einfache tägliche Warm-up-Übungen, Basics wie Töne aushalten oder Ober-tonübungen müssen schön und intensiv gestaltet werden. Dem Schüler muss stets bewusst sein, dass bereits im Mikrokosmos eines Tones der Makrokosmos der gesamten Musik enthalten ist.

2. Regel für richtiges Üben:

Es gibt keine technischen Schwierigkeiten, es gibt nur solche im Kopf!

Nachfolgende grafische Darstellung musikalischer Elementarstrukturen bestimmen



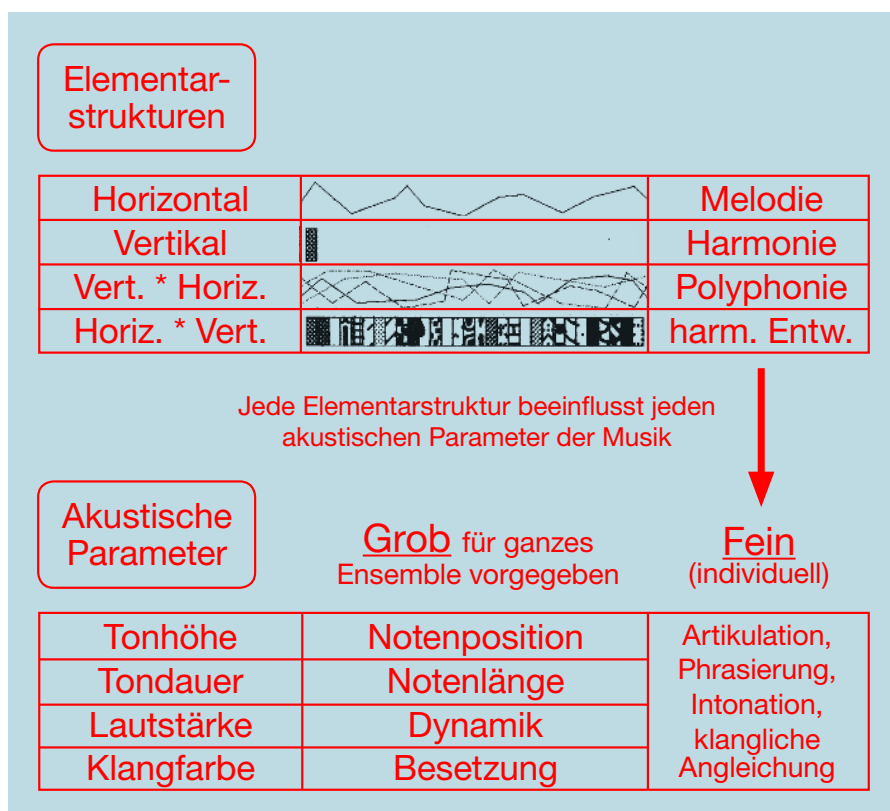
den lernenden Umgang mit Musik und die täglichen Übungsinhalte. Die Grafik zeigt die korrelierende Zuordnung sämtlicher musikalischer Parameter. Sie weist aber auch auf die gestalterischen Differenzierungsmöglichkeiten jeder einzelnen musikalischen Struktur hin. Diese sind abhängig vom künstlerischen Bildungsgrad des Instrumentalisten, seiner musikalischen Intelligenz und der Ausprägung seiner Hörbedürfnisse, aber auch vom musikalischen Umfeld, in dem der Instrumentalist sein Instrument erlernt oder mitwirkt.

Aus dem Gesagten ergibt sich, dass es sinnvoll ist, von bloßen empirisch-praktizistischen Lehr- und Lernmethoden wegzukommen. Noch immer erlebt man ein trennendes, ausschließendes Herangehen an das Erlernen eines Instruments: »Heute machen wir Stoß und Technik, das nächste Mal üben wir Bindungen und Ausdauer usw.« Zugegeben, dies ist etwas überspitzt formuliert, aber achten Sie, verehrte Leser, einmal in Ihrem pädagogischen oder künstlerischen Umfeld auf die unterrichtlichen Vorgehensweisen vieler Ihrer Kollegen. Auf die Gefahr der Verursachung von Spielstörungen durch isolierte Beübung funktioneller Teilbereiche außerhalb musikalischer Sinnzusammenhänge kann in diesem Aufsatz nur hingewiesen werden.

LEHRWERKE SPIEGELN OFT DIE PRIORITÄTEN DES AUTORS WIDER

Sehr sorgsam sollte der Lehrer die verwendeten Arbeitskompendien, wie Elementarschulen, Etüden oder Funktionsübungen, auswählen. Diese Lehrwerke sind in der Regel von unterrichtenden Bläsern ohne große methodisch-didaktische Kenntnisse herausgegeben worden. Bei genauerer Analyse findet man häufig, dass sie ausschließlich Prioritäten oder bläserische Schwierigkeiten des Herausgebers widerspiegeln oder in repetierenden Sequenzen ein bloßes mechanistisches Tun des Übenden begünstigen. Nach wenigen Sequenzen sind insbesondere jüngere Schüler beim Üben nicht mehr konzentriert bei der Sache und die geforderten Repetitionen schaden mehr als sie nützen.

Jeder verantwortungsbewusste Pädagoge sollte aus der unübersehbaren Fülle von Lehrwerken und Studienliteratur ein auf die Stärken und Schwächen des Schülers abgestimmtes individuelles Lehrprogramm erarbeiten, das diesem Spaß macht, ihn voranbringt und jederzeit in die Lage versetzt, zu Hause, in der Schule oder Gemeinde einen musikalischen Beitrag zu leisten. Insbesondere dann, wenn der Schüler bereits in Kammermusikgruppen oder einem Orchester mitwirkt, muss die Studienliteratur mit den Ensemblestimmen korrelieren, um ein effektives Übeprogramm festzulegen. Ich habe für meine Schüler aus den Orchesterstimmen sehr oft Funktionsübungen, technische oder Klangstudien entwickelt, damit die Ausbildung weitestgehend praxisbezogen erfolgt und die häufig viel zu geringe Übeweit optimal genutzt werden konnte.



Effektives Üben beinhaltet Gestaltung, Wiederholung, Übertragung, verallgemeinernde Verbalisierung und Auswendigspiel.

In Musikschulen werden Wert und Notwendigkeit von Gruppen- und Ensembleunterricht noch immer kontrovers diskutiert. Ich meine, dass Gruppenunterricht auf den Lernenden eine ungemein stimulierende Wirkung hat. Blasinstrumente sind primär Ensembleinstrumente. Und so, wie der kleine Fußballer aus dem Mannschaftstraining seine Anregungen für die Ballbehandlung zu Hause erhält, werden im Gruppenunterricht Klangausgleich und Klangangleich geübt, eine dezidierte Hörschulung betrieben, soziale Kompetenzen wie Zuhören gelernt, Unterordnung oder Führungsstärke und Rücksichtnahme auf weniger Begabte oder Fortgeschrittene erworben. Darüber hinaus fördert die stetige kontrollierte Arbeit an einem Bläserstück im Gruppenunterricht (hier sollten nicht alle Schüler das Gleiche blasen) die Fähigkeit des einstimmigen Spiels bei vielstimmigem Denken, die musikalische Intelligenz und bläserische Motivation. Anregungen und Leistungsanforderungen in der Gruppe befruchten nach meiner Erfahrung den einzelnen Schüler ungemein in seinem häuslichen Tun.

NUR SICH SELBST ZUR FREUDE MUSIZIEREN UND PRÄLUDIERN

Die tägliche Übezeit sollte mindestens eine Stunde betragen. Das Arbeitspensum darf den Schüler nicht überfordern und sollte auch Zeitreserven beinhalten, in denen er nur sich selbst zur Freude musiziert oder präludiert. Ich habe meine Schüler dazu angehalten, einfache Tonsequenzen eigenständig zu erweitern oder zu einem Schluss zu führen und über Etüden oder Lieder zu improvisieren. Dies förderte sowohl die Lust am Musizieren als auch die instrumentale und musikalische Spontaneität.

Die vor einigen Jahren geforderte »JeKi«-Bewegung (»Jedem Kind ein Instrument«) wäre ohne Gruppenunterricht und gemeinsames kontrolliertes Üben gar nicht durchführbar. Um auch in der Zukunft hochambitionierte Musiker und Instrumentalisten zu haben, müssen wir heute die Musik als unverzichtbares Kulturgut auf allen Bildungsebenen fest verankern und alles dafür tun, dass die »holde Kunst« wieder umfassend gepflegt wird und nicht die »gesuchten Superstars« die Maßstäbe in Deutschland allein bestimmen.

» WIE ENTSTEHT EIGENTLICH MUSIK?

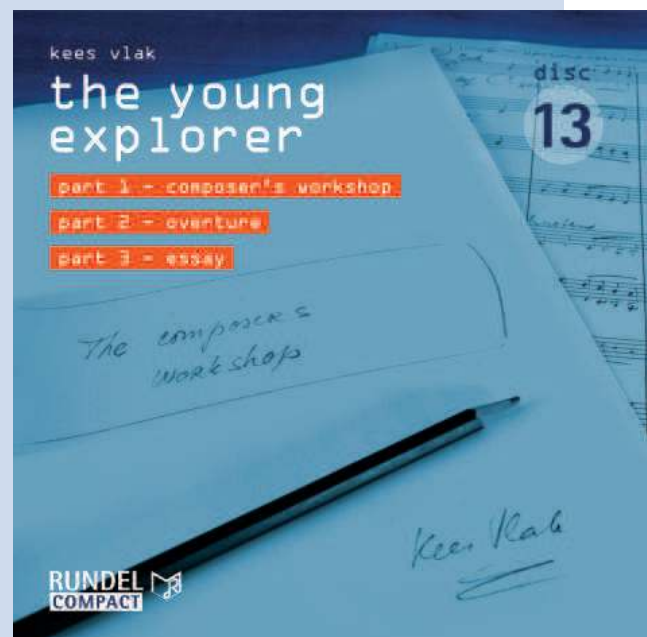
»Das Musizieren ist offenbar eine Tätigkeit, bei der so viele Dinge zusammenkommen, dass es fast nicht mehr greifbar erscheint«, erzählt der Pädagogikprofessor Dr. Andreas Doerne im CLARINO-Interview (ab Seite 29). »Es beinhaltet körperliche Bewegung, emotionalen Ausdruck, rationales Verstehen, sinnliche Wahrnehmung, kommunikativen Austausch, spirituelle Erfahrung, geschichtliche Prägung, Zeit, Raum, Kreativität, Spaß, Ernst und Spiel. All diese Dinge schwingen bei jedem Musizieren mit, sind integraler Bestandteil des Musizierens.« Eine nicht unerhebliche Rolle beim Musizieren ist demnach auch das Verständnis der gerade gespielten bzw. gehörten Komposition. Denn die Noten verteilt zwar der Dirigent – doch die entstehen ja nicht »einfach so«. Das Konzept, das hinter dem 13. Teil der Reihe »eXplora« des Musikverlags Rundel steht, lässt sich mit der kurzen Frage »Wie entsteht eigentlich Musik?« zusammenfassen. Wie baut sich eine Komposition auf? Wie entwickelt sich die Arbeit des Komponisten? Diese Sonderausgabe der Reihe nennt sich »The Young Explorer«, erscheint in drei Teilen und stammt aus der Feder des niederländischen Komponisten Kees Vlak. Für die Stücke ist der Schwierigkeitsgrad 2 angegeben.

Im ersten Teil, »Composer's Workshop«, komponiert Kees Vlak zunächst das Hauptthema. Aus den ersten beiden Takten entsteht schließlich ein Hauptmotiv. Das Hauptthema besteht dann aus insgesamt acht Takten. Neben der Unisono-Version (alle Instrumente spielen dieselben Noten) kreiert der Komponist fünf weitere Variationen des Themas. Die »Orchestral Version« kennzeichnet eine heitere Dur-Tonart, die »Minor Version« kommt in einer Moll-Tonart eher traurig daher und die »Waltz Version« klingt ganz in der Tradition eines Johann Strauß im Dreivierteltakt. Zeitgenössisch erklingt die »Dodecaphony«. Hier experimentiert der Komponist mit

der Zwölftontechnik von Arnold Schönberg. Das Finale des »Composer's Workshop« bildet eine »Farandole«, ein alter französischer Tanz.

Die wirkliche Arbeit des Komponisten beginnt im zweiten und dritten Teil. Er entscheidet sich für zwei Kompositionen: eine feierliche »Overture« und ein »Essay«. In der »Overture« werden die im »Composer's Workshop« entwickelten musikalischen Themen in einer großen Struktur zusammengestellt. Es fehlt lediglich die »Dodecaphony«. Diese taucht im dritten Teil, dem »Essay« auf. Die Variation mit Zwölftonmusik hätte nicht in die »Overture« gepasst. Die moderne Musik ist eigentlich wie die konventionelle Musik, jedoch ein bisschen wie in einer anderen Sprache. Kees Vlak möchte mit seinem »Essay« eine Brücke zu dieser neuen Musik bauen. »The Young Explorer« ist ein wirklich gelungener Beitrag, der vor allem hervorragend für die Probenpädagogik geeignet ist. Doch auch als Konzertvorführung – und zwar nicht nur als Kinderkonzert – ist »The Young Explorer« »pädagogisch wertvoll«. Und wenn dieses Werk von Kees Vlak dabei hilfreich ist, das Wesen der Kompositionen, ja der Musik, ein bisschen greifbarer zu machen, dann dürfte das auch für das Thema Üben eine weitere, neue Dimension bedeuten.

Infos: www.rundel.de





MOTIVATION

ÜBEN – EINE WICHTIGE QUÄLEREI?

Das Instrument, dein bester Freund? Wenns ums Üben geht, kehrt sich das schnell ins Gegenteil.

VON KLAUS HÄRTEL

NA KLAR WISSEN WIR, DASS ÜBUNG DEN MEISTER MACHT. UND DASS SICH FRÜH ÜBT, WAS EIN SOLCHER WERDEN WILL. DOCH MACHEN WIR ES DESHALB LIEBER? ÜBEN IST ALLENTHALBEN EINE UNGELIEBTE VOKABEL, DIE EINEM DIE FREUDE AM SPIEL VERGÄLLT. DA HAPERT ES OFT MIT DER MOTIVATION. DOCH WO FINDEN WIR DIE? WIR HABEN UNS UMGEHÖRT.



Foto: Otmar Winterleitner

Fragt in New York ein Reisender einen Taxi-Fahrer: »Pardon me, Sir, how do I get to the Carnegie Hall?« Die lapidare Antwort »Practice, man, practice!« Also: üben, üben, üben...

Seien wir einmal ehrlich. Allein das Wort »Üben« hat schon einen schalen Beigeschmack. Üben muss sein. Nicht mehr und nicht weniger. Musikersprüche wie »Wer übt, hat's nötig« oder »Wer übt, fällt seinen Kollegen in den Rücken« entspringen einer weit verbreiteten »Übungswidersetzlichkeit«. Und selbst wenn der Freiburger Pädagogik-Professor Andreas Doerne (im Interview ab Seite 29)

bemängelt, Üben habe »eine denkbar schlechte Lobby – und das völlig zu unrecht!« und daher fordert: »Wir müssen die Schönheit des Übens neu entdecken!«, ist das bei vielen Musikern leichter gesagt als getan. Die meisten Musiker wissen ja, dass sie ohne Üben nicht besser werden. Selbst nachweislich große Musiker wie der polnische Pianist Artur Schnabel hat »nie gerne geübt. Ich war faul«. Doch er wusste trotzdem, wenn er einen Tag nicht übe, höre er es, bei zwei Tagen höre es seine Frau und nach drei Tagen höre es das Publikum.

Ein Schlüssel zum Thema Üben ist sicherlich die Motivation oder ganz einfach der fortwährende Kampf gegen die eigene Bequemlichkeit, also gegen sich selbst. Selbst einem Profi-Musiker fällt das Üben, vor allem wenn er ein Mensch mit mehreren Interessen ist, gelegentlich schwer. Der Saxofonist Thorsten Skringer (»heavytones«) findet seine Motivation durch Inspiration bei gleichzeitiger Vermeidung von Frustration. »Ich gehe bei solchen Situationen immer folgendermaßen vor: Youtube an und all meine Helden anhören. Das reicht von den alten Größen wie John Coltrane und Charlie Parker und endet mit Musikern wie Michael Brecker, David Sanborn oder Bob Berg. Aktuell höre ich mehr denn je die Yellowjackets. Bei den Leverkusener Jazztagen habe ich sie live gesehen und es war eine Offenbarung. Exakt dieses Konzert steht aktuell in voller Länge und super Sound online bei Youtube. Nun muss man aufpassen, dass man durch so ein beeindruckendes Erlebnis nicht frustriert wird, sondern motiviert ist, anzufangen in die Materie einzutauchen.« Ähnlich verfährt der Trompeter Joachim Kunze: »Was durchaus motivierend wirkt, wenn ich Musik höre und Lust bekomme mitzuspielen, oder das auch spielen zu können.« Skringer motiviert sich selbst, indem er Grenzen auslotet. »Ich stelle mir immer wieder neue technische Hürden. Vieles von dem, was ich heute noch übe, hätte ich schon während des Studiums besser und intensiver checken müssen. Ich komme dann permanent an meine Grenzen und stelle fest, dass ich viel mehr »nicht kann« als umgekehrt. Also gilt es: weitermachen! Dann nähert es sich hoffentlich mehr an.«

Wohl dem, der einen inneren Antrieb hat, wie es Kunze nennt: »Ich will schlichtweg den Stand halten, weiterkommen und Neues entdecken.« Doch auch für den Trompeter muss erst einmal der »innere Schweinehund überwunden werden. Habe ich dann die Trompete in der Hand, ist es fast wie eine Sucht, Technik und Ansatz immer weiter zu probieren, weiter zu üben, um etwas noch hinzubekommen.« Wichtig ist es vor allem, da sind sich die befragten Profi-Musikerinnen und -Musiker einig, Ziele zu haben. So simpel es klingt, so schlüssig ist das, was Martina Beck, Klarinetistin an der Bayerischen Staatsoper in München, sagt: »Irgendwas will ich nach dem Üben besser können als davor.« Logisch, oder? Ingolf Burkhardt, Trompeter der NDR Bigband, sieht das genauso: »Die beste Motivation ist die, dass man nachher einfach besser ist!« Thomas Clamor, ehemaliger Trompeter der Berliner Philharmoniker und aktuell Dirigent der Sächsischen Bläserphilharmonie, sieht das ähnlich. »Üben war nie ein quälender Aspekt des Musikmachens für mich. Im Gegenteil, Üben kann und sollte Spaß machen! Wichtig ist zu wissen, was ich üben muss und wie ich es effektiv gestalten kann, sodass es Spaß macht.« Die Saxofonistin Nicole Johäntgen schlägt in dieselbe Kerbe: »Ich will mich weiterentwickeln, meine Grenzen sprengen. Vor einem Konzert will ich mich gut vorbereiten, um während des Konzerts in die Musik abtauchen zu können. Das gibt mir den Ansporn, intensiv zu üben.«

Überhaupt ist einer der wichtigsten Motivationsaspekte immer wieder der Hinweis auf anstehende Konzerte. Und »ein gut vorbe-



Christian Skringer



Martina Beck



Thomas Clamor



Ingolf Burkhardt

reiteter Musiker wird ein Konzert auf einer ganz anderen Ebene erleben und nebenbei eine Unmenge an Nerven sparen«, weiß Clamor. Keine Motivationsprobleme hat auch Martina Beck bei »tollen Stücken auf dem Spielplan. Zurzeit steht die »Walküre«, eine der Opern für Bassklarinette, darauf und zudem steht noch ein Solokonzert an. Da ist es relativ leicht. Das will ich einfach toll spielen und hab dann auch Spaß am Üben. Das ist meines Erachtens ganz wichtig: den Anspruch an sich selber und das Streben nach Perfektion.«

verschwinden. Ingolf Burkhardt stimmt zu: »Steckt euch erreichbare Ziele und übt lieber eine Stunde konzentriert als vier Stunden sinnlos »rumzudaddeln«. Dann wird das Üben auch nicht zur Qual.« Üben nach »Schema F« gibt es auch bei Martina Beck nicht. »Es macht mir Spaß, das Üben abwechslungsreich zu gestalten. Mal zu Hause – und dann in vielen kleinen Abschnitten, meistens vom Kühlschrank oder Telefon unterbrochen –, mal in der Oper – dann in größeren Blöcken, ich gehe also im wahrsten Sinne des Wortes »arbeiten.«

weiß, vielleicht hab ich eine Stunde später Lust zum Üben. Sonst eben am nächsten Tag...« Doch für die Klarinetistin gibt es selbst bei »Null Bock« ein Rezept: »Wenn ich keine Lust habe, aber weiß, dass ich »muss«, dann stell ich mir einen Wecker und ich darf nicht aufstehen, telefonieren, an den Kühlschrank, ins Internet, bis der Wecker geklingelt hat. So bekomme ich immer eine Stunde konzentriertes Arbeiten hin.«

»Da mir mein Beruf unglaublich viel Spaß macht, hatte ich bislang das große Glück«,



Christian Kunze



Nicole Johänntgen



Lito Fontana



Martin Wiblishäuser

Der Posaunist Lito Fontana nennt seine »Hauptmotivation die Liebe zur Musik selbst. Wenn du sie nicht so liebst, wird es zu einer ganz gewöhnlichen Arbeit. Für mich ist es eine ungemaine Freude, Posaune zu spielen und dem Publikum Emotionen zu schenken. Denn für mich macht es einen guten Musiker aus, wenn er Emotionen vermitteln kann, sowohl für den Geist als auch zur Unterhaltung.« Auch die Teilnahme an einem Wettbewerb setzt bei Lito Fontana Motivation frei. Etwa die »European Brassband Championships motivieren mich ungemein zum Üben, denn ich messe mich gern mit anderen.«

Thomas Clamor gibt den Tipp, die zur Verfügung stehende Übezeit gut einzuteilen und zu strukturieren. Man solle Überschwerepunkte kombinieren und nicht sinnlos Zeit

»Ganz ganz wichtig für mich ist das »mentale Üben«, erklärt die Klarinetistin. »In der S-Bahn, im Zug, auf meinem Balkon in der Sonne. Da höre ich zum Beispiel Opern und Konzerte mit Stimme, mit Partitur, mache Trockenübungen und übe so schwere Stellen. Und hin und wieder probiere ich das dann gleich am Instrument aus.«

Und doch gibt es tatsächlich auch einmal die Möglichkeit, dass die Motivation schlichtweg fehlt, man sich nicht aufrufen kann. »Wenn ich mal nicht konzentriert bin, wechsle ich zum Klavier und spiele darauf oder gehe kurz an die frische Luft«, meint Nicole Johänntgen. »Bevor ich nur meine Stunden absitze und nicht effektiv arbeite, mach ich lieber was für mich richtig Schönes«, erzählt auch Martina Beck, »und wer

erzählt Thomas Clamor, »mich nicht motivieren zu müssen.« Mit dieser Grundlage falle es ihm leicht, auch andere Menschen zu motivieren. Motivationstricks gebe es ja viele, meint auch der Pädagoge Martin Wiblishäuser. »Verfolgt man einen Unterrichtsprozess langfristig, ist meine Erfahrung, dass Motivation nur vom Schüler selbst durch Können entsteht.« Man müsse Geduld haben, bis der Schüler manche Entwicklungen zulasse. Für die Praxis bedeute das, »auch Tonleitern, Etüden, Klangstudien sind langfristig motivierend – wenn man sie beherrscht«. Zwar seien diese auf den ersten Blick meist nicht motivierend, doch müsse man sich an »richtiges Lernen und Üben erinnern. Hat man Geduld und lässt den Schülern die Zeit, die sie brauchen, kommt der Erfolg garantiert.« Und mit ihm ist Motivation kein Problem mehr.

Fotos: Archiv

DÜRFEN STATT MÜSSEN

ALLEIN DAS WORT ÜBEN VERSETZT MUSIKER LANDAUF, LANDAB GERADEZU IN PANIK. WARUM EIGENTLICH? »ÜBEN HAT EINE DENKBAR SCHLECHTE LOBBY – UND DAS VÖLLIG ZU UNRECHT«, WEISS PROFESSOR ANDREAS DOERNE AUS FREIBURG. KLAUS HÄRTEL SPRACH MIT DEM INSTRUMENTALPÄDAGOGEN ÜBER DAS ÜBEN, MOTIVATION UND UMFASSENDES MUSIZIEREN.

CLARINO: Herr Doerne, eine Ausrede beim Üben ist oft auch die wenige Zeit. Wie viel muss/soll man üben?

Andreas Doerne: Laut Expertiseforschung muss man drei Stunden pro Tag zehn Jahre lang gezielt üben. Hat man so die notwendigen 10 000 Übestunden, die es braucht, um in einer Tätigkeit wie dem Musizieren ein Experte zu werden, halbwegs gesundheitsschonend hinter sich gebracht, kann man sich dann an seinem antrainierten Können erfreuen. Der Weg hin zu diesem ominösen Punkt besteht in erster Linie aus funktionalem Training, man könnte auch sagen: Blut, Schweiß und Tränen.

Instrumentalpädagogisch gewendet, bezeichne ich eine solche Sichtweise auf das Musizierenlernen ein bisschen böse als Musizierpropädeutik. Sie zeichnet sich dadurch aus, dass der Schüler in einen auf Dauer gestellten Vorbereitungszustand versetzt und dabei völlig im Unklaren darüber gelassen wird, wohin die Reise geht bzw. wozu die eigenen Bemühungen gut sein sollen. Die Erfahrung des Ziels, nämlich die Freude am eigenen künstlerischen Gestalten, die beim Musizieren von der ersten Stunde an auf jeder Stufe des Könnens möglich ist, wird ihm vorenthalten. Da so etwas über einen langen Zeitraum ziemlich unbefriedigend ist, schaffen es nur die »Härtesten« – man könnte auch sagen die Einfältigsten –, diese lange Durststrecke zu überwinden. Dem großen Rest – ich drücke es einmal polemisch aus – bleibt nur der Gram über den eigenen Nicht-Experten-Status, den eigenen Dilettantismus.

Sie merken, ich halte Antworten wie die der Expertiseforschung für eindimensional und wenig hilfreich.

Ihre Antwort lautet also anders?

Richtig, meine Antwort lautet: Die Frage ist im Ansatz falsch gestellt. »Soll« und »muss« sind wenig hilfreiche Modalverben, weil durch sie ein nur intrinsisch steuerbarer, autonomer Bildungsprozess – und um den handelt es sich bei einem qualitätvollen, nachhaltigen Üben immer – an

äußere Autoritäten delegiert wird. Der Lehrer, die Eltern, die Wissenschaft, oder innerpsychisch betrachtet: mein Über-Ich sollen mir Vorgaben machen, die ich dann pflichtbewusst abarbeite. Darüber hinaus impliziert ein »Sollen« und »Müssen« die Überzeugung, dass Üben keine in sich befriedigende Tätigkeit ist und auch nicht sein kann. Und genau das ist der Knackpunkt, wenn es um das leidige Thema Übermotivation geht: Üben hat eine denkbar schlechte Lobby – und das völlig zu unrecht! Wir – und damit meine ich unseren gesamten Kulturkreis – müssen die Schönheit des Übens neu entdecken.

Nicht, dass ich falsch verstanden werde: Üben erfordert vom Übenden den Einsatz einer großen Menge psychischer und physischer Energie, und die Entscheidung, jetzt mit dem Üben anzufangen – anstatt beispielsweise Fernsehen zu gucken, ein Buch in die Hand zu nehmen, aufzuräumen oder andere in diesem Augenblick wichtig erscheinende Arbeiten zu verrichten –, fällt selbst motivierten Übenden nicht immer leicht. Aber wenn man sich einmal zum Üben aufgefordert hat, sollte die Tätigkeit an sich Freude machen und nicht bloß als unvermeidbares Übel zum Erreichen eines angestrebten, aber weit in der Ferne liegenden Zieles erfahren und erlitten werden. Pädagogen bezeichnen dies als Prozessqualität. Das Üben als eine aus sich heraus befriedigende Tätigkeit zu entdecken und als solche zu praktizieren, ist die entscheidende Herausforderung für jeden Musiker. Hat man diese Art des Übens einmal für sich entdeckt, wird die Frage »Wieviel soll/muss ich üben?« irrelevant. Das Müssen wird dann zum Dürfen: Wann kann ich in meinem Alltag heute ein Zeitfenster freischaufeln, um üben zu dürfen?

Wie wir diese Art des Übens kultivieren und vermitteln, ist eine entscheidende Herausforderung für die Musizierpädagogik der Zukunft, und ihr ist nicht mit Patentrezepten beizukommen. Leider haben nicht alle Lehrer selber eine Vorstellung davon, was wirklich erfülltes Üben bedeutet, ein Üben,



Andreas Doerne

das aus sich selbst heraus Freude stiftet und einen mit mehr »Lebensenergie« entlässt, als man vor Beginn des Übens hatte.

Wann weiß man, dass man genug geübt hat?

Beim Musizierenlernen gibt es nie ein »Genug«, und das ist zum einen das Schöne und zum anderen das Gefährliche am Üben. Man ist nie fertig mit einem Stück. Man kann an einem guten Stück immer etwas Neues entdecken, seine Interpretation weiterentwickeln, sein Spiel durch neu erworbene motorische Fähigkeiten bereichern etc. Man hört das bei großen Interpreten: Ein und dasselbe Stück nach Jahren wieder eingespielt, klingt zuweilen wie von einem anderen Menschen gespielt, und das ist Kunst! Die Verfeinerung der Wahrnehmung, die Erweiterung des emotionalen Ausdrucksradius und des musikalischen

Verstehens, die Ausweitung motorischer Kompetenzen, die zunehmende tönende Sprachfähigkeit und Mitteilungsintensität des Musizierenden durch das Üben gerät nie an ein Ende. Es gibt immer etwas Neues zu lernen. Das finde ich wunderbar! Andererseits ist das Gefährliche an dieser dem Musizierenlernen inhärenten Unabgeschlossenheit gerade für ambitionierte Musiker, dass man permanent mit einem schlechten Gewissen durch die Gegend läuft. Das kann sich soweit steigern, dass man das Gefühl hat, sich in einem Hamsterrad zu befinden, immer schneller laufen zu müssen und doch nicht schnell genug voranzukommen. Viele Musikstudierende kennen dieses schlechte Gewissen, nicht genug geübt zu haben, nur zu gut. Wird dieses von einem temporären zu einem chronischen Gefühl, kann es einen regelrecht zermürben.

» Die Frage, wann ich weiß, dass ich genug geübt habe, muss jeder für sich selbst beantworten. «

Doppelt problematisch wird es, wenn einem das schlechte Gewissen des Nichtgenug-geübt-Habens von außen einge-redet wird. Angst oder das Erzeugen von moralischen Schuldgefühlen sind einfach einsetzbare und dabei gleichzeitig ungeheuer wirkungsvolle Motivationswerkzeuge. Der Preis, den man in Bezug auf die psychische Gesundheit zahlt, ist jedoch immens. Daher ist es zumindest in unserer humanistisch-aufgeklärten, freiheitlichen Gesellschaft ethisch nicht zu vertreten, diese Werkzeuge anzuwenden.

Also gibt es eigentlich keine Antwort?

Die Frage, wann ich weiß, dass ich genug geübt habe, muss jeder für sich selbst beantworten: Was möchte ich erreichen? Wie weit möchte ich mit meinem Musizieren kommen? Und vor allem: Inwiefern kann ich den Übung als qualitativ wertvoll verbrachte Zeit erleben? Es ist zwar richtig, dass für manche Tätigkeit der Satz gilt: Quantität erzeugt Qualität. Aber fürs Üben gilt dies nicht. Hier gilt: Qualität erzeugt Qualität. Zehn Minuten qualitativ hochwertigen Übens sind besser als zwei Stunden geistlosen Drauflosübens.

Und was ist denn Ihrer Meinung nach qualitativvolles Üben?

Diese Frage führt uns zum Begriff des ganzheitlichen, oder wie ich es nenne, umfassenden Musizierens.

Was heißt das?

Die Frage, was es denn genau bedeutet, ganzheitlich zu musizieren, treibt mich seit Jahren um. Das Musizieren ist offenbar eine Tätigkeit, bei der so viele Dinge zusammenkommen, dass es begrifflich als fast nicht mehr greifbar erscheint. Es beinhaltet körperliche Bewegung, emotionalen Ausdruck, rationales Verstehen, sinnliche Wahrnehmung, kommunikativen Austausch, spirituelle Erfahrung, geschichtliche Prägung, Zeit, Raum, Kreativität, Spaß, Ernst und Spiel. All diese Dinge schwingen bei jedem Musizieren mit, sind integraler Bestandteil des Musizierens. Entsprechend meint ganzheitliches Üben meiner Ansicht nach eine umfassende musikalische Bildung am Instrument, in der spieltechnische Fertigkeit, ästhetisches Urteilsvermögen, musikalische Verkörperung, authentische Ausdrucksfähigkeit, differenziertes Hörvermögen, interpretatorische Überzeugungskraft, improvisatorisches Können, kompositorische Kompetenz, musiktheoretisches Wissen, musikhistorisches und autobiografisches Bewusstsein sowie kommunikatives Spiel gleichermaßen gefördert und miteinander verknüpft werden. Ganzheitliches Üben zielt darauf ab, eine intensive Begegnung und existenzielle Beziehung zwischen Mensch und Musik zu ermöglichen. Und in diesem Sinne ist ganzheitliches Üben mehr als bloßes Lernen. Es ist ein Bildungsprozess, bei dem ich mich als Person verändere, weiterentwickle.

Wer also umfassend übt, übt qualitativvoller?

Als Gradmesser dafür, ob ein Stück im qualitativen Sinne genügend geübt ist, gilt für mich: Der Musizierende hat die Musik im Körper, ist emotional beteiligt an dem, was klingt, versteht zumindest ansatzweise, wie die Musik gemacht und vor welchem ästhetischen Hintergrund sie zu verstehen ist, und er gestaltet seine Spielbewegungen aus einer Klangvorstellung heraus und begleitet sowohl die Bewegung als auch den Klang mit wacher und sensibler Wahrnehmung.

Ein solches Ergebnis wird in der alltäglichen instrumentalpädagogischen Arbeit mit »normalen« Schülern leider viel zu selten erreicht. Stattdessen folgen wir als Lehrende häufig dem Impuls, den Lernenden



das Exekutieren richtiger Töne, zur vermeintlich richtigen Zeit in der vermeintlich richtigen Dynamik von außen anzuziehen und somit ein Musizieren zu erzeugen, das auf diese seltsam eingeschränkte Art zwar »richtig« erscheint, dem aber bei genauem Hinhören jegliche Lebendigkeit, Spielfreude, Flexibilität, Individualität, Fantasie und Mitteilungskraft fehlt, das körperlich unbewegt, emotional nichtsagend und geistig uninspiriert ist. Davon sollten wir unbedingt wegkommen.

Üben Erwachsene eigentlich anders als Kinder?

Was das Üben angeht, lassen sich Erwachsene viel schneller demotivieren als Kinder. Zum einen haben viele Erwachsene verlernt, was es heißt, geduldig gegenüber dem eigenen Lernen zu sein, sich selber Zeit zu geben und sich an noch so kleinen eigenen Fortschritten zu erfreuen. Zum anderen haben sie oft einen unstillbaren Drang, sich mit anderen zu vergleichen. Beispielsweise messen sie ihr eigenes Musizieren am Spiel eines professionellen Musikers, das sie von einer CD-Aufnahme her kennen. Sie legen die Messlatte so hoch, das sie gar nicht anders können, als zu scheitern.

Kinder haben dieses Problem meistens nicht. Sie sehen sich selbst nicht mit fremden Augen, bleiben mit ihrer Aufmerksamkeit bei sich, haben keine Angst vor Fehlern und probieren, wenn sie scheitern, es einfach noch einmal, so lange, bis sie es können.

Nicht wenigen Jugendlichen und Erwachsenen fehlt diese Eigenschaft. Wissenschaftlich wird sie als Resilienz bezeichnet. Das ist ein innerpsychischer Mechanismus, der bewirkt, dass man sich durch Widerstände und Rückschläge nicht aus der Bahn werfen lässt, sie konstruktiv nutzt, um weiter ruhig das eigene Ziel zu verfolgen. Hier berührt man als Instrumentalpädagoge das Feld der Persönlichkeitsentwicklung, das in meinen Augen sehr eng mit dem Musizie-

renlernen zusammenhängt, und unter anderem den Beruf des Instrumentallehrers zu so einer wunderbaren Beschäftigung macht.

Ansonsten sind für Kinder die Bereiche Spielen und Lernen bis ins Grundschulalter hinein noch deckungsgleich. Spielen ist der Lernmodus von Kindern. Das bringt sie in die beneidenswerte Position, Spaß und Ernst, Arbeit und Spiel, Konzentration und

» Kinder sind ausgesprochene Lern- und Übe-Experten. «

Entspannung nicht als sich ausschließende Gegensätze, sondern als polare Prinzipien ein und derselben Tätigkeit zu erfahren. Unter anderem durch die Erkenntnisse der Entwicklungspsychologie wissen wir inzwischen: Kinder sind ausgesprochene Lern- und Übe-Experten.

Ein schmaler Grat also zwischen Herausfordern und Überfordern.

Bei Kindern ist eine zu geringe Herausforderung meist tödlich für die Motivation, man kann Kinder in vielen Fällen stärker herausfordern als man denkt. Bei Erwachsenen ist es umgekehrt: Hier muss man häufig die selbst gesteckten Ansprüche senken und Herausforderungen auf ein realistisches Maß bringen, damit der allgemein wichtige Faktor der Lernmotivation durch das Erleben eigener Kompetenz, überhaupt zustande kommt und greifen kann.

Ist »Fremd-Motivation« dann noch notwendig?

Die Frage danach, wie ich einen anderen Menschen zu etwas motivieren kann, ist ja in Wirklichkeit häufig die Frage: Wie kann ich einen anderen Menschen dahingehend beeinflussen, dass er tut, was ich will, ohne dass er dabei den Eindruck gewinnt, fremdbestimmt zu sein? Wenn wir Motivation sagen, meinen wir zumeist Manipulation. Das ist ein Problem. Denn echte Motivation ist etwas anderes: Sie kommt von innen und kann nur angeregt, nicht aber erzwungen werden.

Jeder Mensch, der von einer Sache begeistert ist, die er tut, muss nicht noch extra motiviert werden. Fehlt diese Begeisterung, helfen auch keine noch so ausgeklügelten Motivationsbemühungen, die von außen kommen. Sie können im Ausnahmefall kurzfristig zwar das ein oder andere Motivationsloch überbrücken helfen, sind aber nicht mehr als temporäre Symptom-Medizin, die bestimmte Krankheitsaus-

wüchse bekämpfen, aber eine allgemeine Gesundheit nicht erzeugen kann. Und man sollte die Nebenwirkungen bedenken: Durch übermäßigen Gebrauch einer Krücke kann ein Mensch das eigene Gehen verlernen.

Es gibt Studien, die belegen, dass wenn eine intrinsische Motivation bei einem Lernenden vorhanden ist, diese durch den Gebrauch extrinsischer Motivationsmaßnahmen von Seiten des Lehrers oder der Eltern mit ziemlicher Sicherheit zum Verschwinden gebracht wird. Zuviel bzw. falsch angewandte äußere Motivation korrumpiert die Ausbildung autonomer, sich selbst regulierender Bildungsprozesse.

Ganz konkret: Wie motiviere ich mich selbst?

Eigentlich ist es ganz einfach:

1. Wenn Sie etwas tun, was Sie wirklich interessiert und was ihnen Freude bereitet, brauchen Sie sich nicht extra selbst zu motivieren.
2. Haben Sie ein ursprünglich vorhandenes Interesse bzw. die Freude an etwas verloren, sollten sie das Symptom der mangelnden Motivation nicht bekämpfen, sondern ernst nehmen und sich fragen, warum Interesse und Freude abhanden gekommen sind und welche Maßnahmen Sie ergreifen müssen, damit sie wieder zurückkommen.
3. Ist all dies nicht der Fall – müssen Sie sich also unter Aufwendung großer Mengen an psychischer Energie zu etwas motivieren – sollten Sie sich fragen, ob das, wozu sie sich motivieren müssen, tatsächlich das richtige für Sie ist, oder ob Sie nicht vielleicht etwas anderes tun sollten.

» Wichtiger ist die Begeisterung des Lehrers fürs Musizieren «

Und wie motiviere ich meine Schüler bzw. Musiker im Orchester?

Im Kern sollte es immer darum gehen, wie der Pädagoge Hartmut von Hentig es so schön ausgedrückt hat, die Sachen zu klären und die Menschen zu stärken. Vor allem Letzteres ist in Bezug auf Motivation wichtig. Ich stärke einen Menschen, indem ich ihm seine eigenen Stärken erfahrbar mache, auf dass er sie wahrnimmt, annimmt, Verantwortung für sie übernimmt und sie von dort an selber weiterentwickelt.

Ein anderer wichtiger Punkt ist die Begeisterung des Lehrenden fürs Musizieren, Üben oder Proben, also das Ausmaß der eigenen intrinsischen Motivation. Wenn ich als Lehrer oder Orchesterleiter in punkto

Motivation meinen Schülern kein Vorbild bin, brauche ich gar nicht erst versuchen, sie zu etwas zu bewegen. Schüler haben äußerst feine Antennen dafür, wenn Motivationsbemühungen aufgesetzt sind. Völlig zurecht fragen sie sich dann: Wieso soll ich mich hier zu etwas motivieren, zu dem noch nicht einmal mein Lehrer selber motiviert ist? Anstatt uns also ständig die Frage zu stellen, wie wir unsere Schüler motivieren können, sollten wir uns als Lehrer eher um die Frage kümmern: Wie steht es um meine eigene Motivation? Was kann ich tun, um sie zu verbessern? Bin ich meinen Schülern als neugierig Lernender ein Vorbild? Weil das Dinge sind, die ich direkt beeinflussen kann, und die zudem einen hohen Resonanzeffekt auf andere Menschen haben. ■

» ANDREAS DOERNE

studierte Instrumentalpädagogik an der Hochschule für Künste Bremen und absolvierte anschließend ein Promotionsstudium an der Universität der Künste in Berlin. Er war wissenschaftlicher Mitarbeiter des von Daniel Barenboim und der Staatskapelle Berlin gegründeten Musikkindergartens Berlin. Heute lehrt er als Professor für Musikpädagogik an der Hochschule für Musik Freiburg. Neben der für seine Arbeit im Mittelpunkt stehenden Frage nach neuen Formen musikalischer Bildung am Instrument beschäftigt er sich mit der musikbezogenen Anwendung digitaler Medien und produziert Filmmusik. 2010 hat Doerne zwei Grundlagenwerke zum musikalischen Lernen beim Verlag Breitkopf & Härtel veröffentlicht: »Umfassend Musizieren – Grundlagen einer Integralen Instrumentalpädagogik« sowie »Musik bildet – Der Musikkindergarten Berlin: Ein Modell«.

Infos: www.breitkopf.com



DER FLUCH DER AKRIBIK ÜBER DAS ÜBEN

VON STEFAN DÜNSER

IHR GEIHRN IST SHER KULG, BETZNUEN SIE ES BIEM ÜEBN. SIE KENNÖN VEIL MHER TIRCKS ALS INHEN BEUWSSST IST, WEI Z.B. DEIESN TXET ONHE PREBOLME LSEEN – TORTZ VETRAUTSCHER BUSCHATEBN!

Jedesmal wenn ich diesen Text lese, muss ich staunen (entnommen aus dem »Trompetenfuchs Band 2«, Seite 40). Es stimmt tatsächlich, es geht! Noch dazu ist das Lesen dieses Buchstabenspiels witzig und bringt mich zum Lachen. Ich erahne, dass da einmal etwas war in mir – ein Kind: experimentier-freudig, lust-betont, nicht wissend, was geht und nicht geht. Ich bekomme Lust auszuprobieren und – zu üben!

DIE LERN-ÜBE-WELTMEISTER

Sie machen es uns ganz fabelhaft vor, die ganz Kleinen. Wie lernt ein Kind, aufzustehen und zu gehen? Indem es ungezählte Male hinfällt und wieder aufsteht – Versuch und Irrtum, mal so, mal so, immer wieder mit Pausen, aber ohne aufzugeben. Immer wieder neu und anders. Mal zieht man sich an Papas Hosenbein hoch, mal am umfallenden Blumentopf... immer mit Lust auf das, was passiert. Und wir Erwachsenen meinen wirklich, wir müssten alles nach ein paar Versuchen schon beherrschen? Haben wir wirklich verlernt, uns Zeit zu lassen, zu entdecken, lustvoll zu erkunden? Hat es

eine zu große Zahl von langweiligen Lehrern wirklich geschafft, uns den Spaß am Lernen zu vermiesen?

Lernen und Üben sollte leicht von der Hand gehen, sonst macht es keinen Sinn. Die Gehirnforschung beweist uns, dass alles, was wir mit negativen Emotionen abspeichern, später mit diesen negativen Gefühlen wiedergegeben wird. Die Neurobiologen beweisen auch, dass unsere Glückshormone (Endorphin und Dopamin), die alles, was positiv erlebt wird, begleiten, dafür sorgen, dass schneller und effizienter gelernt wird.

DER SCHLÜSSEL: DIE BEGEISTERUNG

Begeisterung ist ganz und gar der Schlüssel des Erfolgs. Mit einer einfachen Formel können wir Berge versetzen oder in kürzester Zeit zum Beispiel Chinesisch lernen, wie uns der Motivationsforscher Gerald Hüther in einem Beispiel zeigt: Er konstruiert den Fall eines 75-jährigen Deutschen, der in kürzester Zeit Chinesisch lernt – nachdem er sich in eine 60-jährige Chinesin verliebt hat. Liebe kann uns begeistern, alles wird

möglich. Alle Lernkanäle sind dann auf »öffnen und abspeichern« geschaltet. Mühelos lernt er in kurzer Zeit die kompliziertesten Worte. (Chinesisch! Wenn ich nur dran denke.) Die Formel ist: Begeisterung mal Zeit durch Fleiß zum Quadrat (der Fleiß kann auch weggelassen werden, denn der kommt durch die Begeisterung ganz von selbst und wird dann als schöner Zeitvertreib wahrgenommen). Fazit: Wir müssen uns für das neue Stück *zuerst begeistern*, bevor wir es uns vorknöpfen. Auch das Ziel, dieses neue Stück *aufzuführen*, kann uns begeistern.

LERNEN – WIE DIE AFFEN?

Unser Gehirn besitzt eine immense Zahl an Spiegelneuronen – Lernmaschinen par excellence. Das bedeutet, dass wir am schnellsten lernen, wenn uns jemand den Lernstoff (beispielsweise eine Phrase) mitreißend vorspielt. Und das mit allem, was dazugehört: mit schönem Klang, mit Musik, Beat und schlüssigen »musikalischen Bewegungen« (da sind wir Lehrer gefragt)! Ein illustres Beispiel: Walzer tanzen lernen.

Wer beim Üben neugierig und kreativ ist, lernt viel schneller.



Vielleicht kennen sie auch noch diese alten Tanzbücher, in denen jeder Schritt in Form von Fußabdrücken perfekt abgebildet ist. Aber wie bitteschön sollen wir das Walzer tanzen aus einem Buch lernen (also nur trockene Infos bekommen)? Und so geht's schnell: Wenn man von jemandem, der es wirklich kann, in den Arm genommen wird und gleich schwungvoll »losgetanzt wird«. Unser Gehirn hat stets Appetit auf ganzheitliche Erlebnisse. Zähes Wiederholen von eintönig Verpacktem ist für unser Gehirn wie abgestandenes Bier. Also: Wir können viel besser lernen, wenn wir ein mitreißendes Vorbild haben.

WAS GAR NICHT KLAPPT

Üben unter Zwang und in einer Atmosphäre, die ein entspanntes Sich-in-Klang- und-Musik-Versenken nicht zulässt, ist extrem mühsam und kontraproduktiv. Akribische motorische Wiederholungen der immer gleichen Phrasen langweilen unsere Gehirnwindungen zu Tode. Schlechte Akustik ist auch nicht zuträglich für den Lustgewinn beim Üben! Totaler Mist ist auch das, was die meisten von uns gelernt haben: langsam, langsam, dann gleich etwas schneller. Wieso? Unser Gehirn braucht Zeit zum Vernetzen und Abspeichern (einige Stunden, eine Nacht...). Wenn wir eine geübte Phrase dann gleich wieder schnell spielen, passieren die alten Fehler meist immer noch und werden vom nichtsahnenden Gehirn auch gleich mit abgespeichert.

Das Gehirn braucht Zeit, um das eben Gelernte auch wirklich nutzbar zu machen. Also eine schwere Stelle ein paar mal langsam spielen und dann weglegen? Schon besser. Aber Achtung: Alles was langweilig wird, ist im Gehirn automatisch gleich in den Ordner »vergessen, weil langweilig und nicht so wichtig« abgelegt. Also wie denn nun?

WIE WIR DEN APPETIT UNSERES GEHIRNS ANREGEN KÖNNEN

Unser Gehirn funktioniert wie ein großes Lustorgan. Es liebt zum Beispiel Bilder. Wenn wir uns in einen gemütlichen Sessel am schönsten Platz im Haus oder in der Wohnung zum Üben hinsetzen oder besser noch im Wald an einem traumhaften Ort hinstellen, lernen wir doppelt so schnell. Diese schöne Kulisse macht uns blitzwack – jede Wette. Musik visualisieren. Das Notenbild einprägen, die in die Musik komponierte Landschaft, den Tanz visualisieren usw.

Und: Wo wir üben, muss es toll klingen, unser Gehirn liebt schönen Klang. Das ist für unsere **Denkmaschine** Fühlmaschine wie eine geschmacksexplosive Pizza Prosciutto di Parma vom besten Italiener der Stadt im Vergleich zu einer faden Tiefkühlpizza.

DIE VARIATION

Die Königsdisziplin beim Üben: die Variation. Heute so und so, morgen noch mal so und noch etwas anders dazu – bis es im Gehirn mit den Übe-Erfolgs-Erlebnissen auf Dauer vernetzt abgespeichert ist. Beispielsweise wenn wir einen Lauf üben: Zuerst gebunden, dann gestoßen, dann punktiert, dann gegenpunktiert, dann im halben, dann im doppelten Tempo, dann rückwärts. Kein Scherz: So wie unser Gehirn den Einstiegstext dieses Artikels mühelos schafft, kann es auch locker rückwärts Gespieltes abspeichern, das macht es sogar mit besonders großer Begeisterung! Übrigens: Punktiert und gegenpunktiert üben ist voll genial: Da machen die Finger (eigentlich das Gehirn) jede Bewegung einmal schnell und einmal langsam, der Lauf kann schon nach viermaliger Wiederholung fast perfekt im vollen Tempo gespielt werden. Wenn Sie das noch nicht kennen: unbedingt ausprobieren!

PERFORMEN

Und: Nie einfach nur »spielen«, immer performen. Eine betäubliche Rechnung: Ich habe mir ausgerechnet, dass ich in meinem Trompeterleben bisher elf Jahre meiner Wachzeit meine Trompete an den Lippen hatte (ich bin 44). Davon waren ca. 70 Prozent Übezeit, davon wiederum gut 40 Prozent Übezeit für die Katz, weil ich das alles nicht wusste. Schade um die Zeit, in der ich nur Stellen wiederholt habe, anstelle sie mit leidenschaftlichem Einsatz zu performen. Ja, man soll auch beim Üben immer performen – ganz einfach, weil unser Gehirn nur dann effizient speichert. Die Essenz: Vergessen sie das berühmte siebenmalige Wiederholen einer Phrase. Anstelle dessen nur zweimal etwas langsamer mit voller Hingabe einem imaginären Publikum »vorspielen« (performen), dann »im Flow« zur nächsten Stelle. Nach ein paar anderen Stellen dann noch mal wiederholen.

Alles was man uns gesagt hat, wird in der Regel schnell vergessen, alles was wir aber selber erfahren und begriffen haben, ist gemerkt: Also ausprobieren und nicht nur darüber reden oder nachdenken. Lustvolles Üben lässt die neuroplastischen Boten-



Lustvoll Erübtes sprudelt bei der Wiedergabe wie von selbst heraus

stoffe nur so sprudeln, die Neustrukturierung der Neuronen im Gehirn funktioniert so wie von selbst (eben wie bei Kindern!).

DER INNERE RICHTER

Denken sie stets positiv: Seien sie nicht so hart mit sich! Der innere Richter hat schon so manchem alle Lebensfreude gestohlen und will in Schranken gewiesen werden. Ein Fehler ist stets ein guter Freund, der uns den richtigen Weg weist. Und Achtung: Wenn wir uns ärgern, ist unser Lustzentrum ebenfalls aktiv und die negative Erfahrung wird gleich auch mit abgespeichert: Gelungenes mit Freude erleben, Negatives nur zur Kenntnis nehmen.

ZIELE

Wir brauchen Ziele. Nichts aktiviert unsere Übe-Lust und unseren Übe-Erfolg mehr als ein unumstößlicher Termin in unserem Kalender, die Vorstellung eines bevorstehenden Auftritts. Das aktiviert alle natürlichen Lernprogramme in uns! Aufstehen, hinfallen und wieder aufstehen, Erfahrungen machen, intensiv erleben, Versuche machen, genießen, beim Üben manchmal lachen müssen. All das wünsche ich ihnen! ■

Stefan Dünser ist der Verfasser des »Trompetenfuchs«. Blättern Sie bitte zur Seite 64.

CLARINO

BRINGT MICH WEITER!

Das Fachmagazin für Blasmusik richtet sein zentrales Augenmerk unter dem Motto »CLARINO bringt mich weiter!« auf Aus-, Fort- und Weiterbildung sowie Wissensthemen in der Bläsermusik.

Als Abonnent haben Sie gleich mehrere Vorteile: Sie sparen über 10 Prozent gegenüber dem Einzelverkaufspreis. Sie verpassen keine Ausgabe mehr und sparen die Zustellgebühr. Als Abonnent erhalten Sie zudem die beliebte CLARINO-CD, die der Zeitschrift in unregelmäßigen Abständen beigelegt ist, kostenlos.

Ja, ich möchte CLARINO abonnieren!

Schicken Sie mir CLARINO ab der nächsten Ausgabe frei Haus zum Jahrespreis von 50 € in Deutschland oder 58 € in anderen Ländern für 11 Ausgaben an die unten stehende Adresse. Dieses Abonnement gilt zunächst für ein Jahr und ist danach jeweils 3 Monate vor Ablauf des Folgejahres kündbar.

Das Abo geht an:

Vorname, Name

Straße, Hausnummer

PLZ, Wohnort

Telefon/Fax

E-Mail

Schicken Sie den Coupon an:

DVO Druck und Verlag
Obermayer GmbH
Bahnhofstraße 33
86807 Buchloe

oder per Fax:
082 41 150 0866

Gewünschte Zahlungsweise bitte ankreuzen:

- Ich bezahle bequem durch Bankeinzug
(nur im Inland möglich)

Bankleitzahl

Konto-Nummer

Geldinstitut

- Ich bezahle gegen Rechnung
(bitte Rechnung abwarten, keine Vorauszahlung leisten)

Widerrufsrecht: Die Bestellung kann innerhalb der folgenden zwei Wochen ohne Begründung bei DVO Druck und Verlag Obermayer GmbH, Bahnhofstraße 33, 86807 Buchloe, in Textform (z.B. Brief oder E-Mail) oder durch Rücksendung der Zeitschrift widerrufen werden. Zur Fristgewahrung genügt die rechtzeitige Absendung.

Datum/Unterschrift