

PERSÖNLICHKEITS-
FÖRDERUNG DURCH
MUSIK

*Abschlussarbeit zum
Jugendreferentenseminar Ost II*

verfasst von: Ilona Soukup

Verein: 1. Burgenländischer Arbeitermusikverein Neufeld/Leitha

Seminarleiter: LJRef. Mag. Gerhard Formann

PERSÖNLICHKEITSFÖRDERUNG DURCH MUSIK

Inhalt

1.	Einleitung	S. 03
2.	Wozu Musik?	S. 03
2.1.	Eine anthropologische Begründung	S. 03
2.2.	Eine sozialpädagogische Begründung	S. 03
2.3.	Eine kulturpädagogische Begründung	S. 04
2.4.	Eine bildungspolitische Begründung	S. 04
2.5.	Eine musikemanente Begründung	S. 05
2.6.	Eine inner-musikalische Begründung	S. 05
2.7.	Eine therapeutische Begründung	S. 05
3.	Erster Kontakt zur Musik	S. 06
3.1.	Biologischer Hintergrund	S. 06
3.2.	Die Bedeutung der Musik in der frühen Kindheit	S. 07
3.3.	Ursprünge der Musikalität im Menschen	S. 07
3.4.	Struktur, Emotion und Ausdruck von Musik	S. 08
3.5.	Vorgeburtliches Hören	S. 09
3.6.	Wie Gefühle zur Musik entstehen	S. 09
3.7.	Konsequenzen für die musikalische Früherziehung	S. 10
4.	Einflussbereiche der Musik	S. 10
4.1.	Wirkung der Musik auf den Körper	S. 11
4.2.	Kognitive Entwicklung	S. 11
4.3.	Soziale Kompetenzen	S. 12
4.4.	Intelligenz	S. 12
4.5.	Konzentration	S. 13
4.6.	Musikalische Begabung, Leistung, Kreativität	S. 13
4.7.	Angst, emotionale Labilität	S. 13
4.8.	Schulische Leistungen	S. 14
4.9.	Negative Effekte von Musik	S. 14
5.	Musiktherapie	S. 15
5.1.	Definition	S. 15
5.2.	Musik als klingende Medizin	S. 15
5.3.	Anwendungsgebiete der Musiktherapie	S. 16
5.3.1.	Heilpädagogik	S. 16
5.3.2.	Geriatric	S. 17
5.3.3.	Neurologie	S. 18
5.3.4.	Ambulante Versorgung	S. 18
5.3.5.	Psychiatrie (Borderline-Persönlichkeitsstörungen)	S. 18
5.3.6.	Kinder- und Jugendpsychiatrie	S. 19
5.3.7.	Psychosomatik	S. 19
6.	Resümee	S. 20
7.	Bibliographie	S. 21

1. Einleitung

Musik stellt einen wichtigen Bereich in unserem Leben dar. Ihr kommt jedoch nicht nur die Rolle der Unterhaltung zu. In der folgenden Abhandlung möchte ich die Funktion der Musik in der Persönlichkeitsentwicklung darstellen. Ich möchte dabei nach einer allgemeinen Einführung, die die Gründe für die Wichtigkeit von Musik aufzeigt, auf die verschiedenen Teilbereiche des menschlichen Lebens eingehen, die durch sie beeinflusst werden. Zum Schluss werde ich eine Anwendungsmöglichkeit von Musik, die Musiktherapie, vorstellen um die Bedeutung von Musik in der Praxis deutlich zu machen.

2. Wozu Musik?

2.1. Eine anthropologische Begründung

Erleben, Erzeugen und Erfahren von Musik sind eine besondere Art und Weise der Kommunikation mit der Umwelt, aber auch mit sich selbst. So dient Musik auch der Selbstverwirklichung. Deshalb ist Musik mehr als nur nebensächliches Dekor, sie kann als unverzichtbares Element im Leben eines Menschen gesehen werden.

2.2. Eine sozialpädagogische Begründung

Musik wird als die sozialste aller Künste beschrieben, ist doch die Öffentlichkeit das kultursoziologische Existential der Musik. Umgekehrt fungiert Musik als Medium der Soziabilität¹. Sie stellt also eine Möglichkeit dar, sich anderen Menschen zu öffnen, neue Kontakte zu knüpfen und das soziale Miteinander zu fördern. Der Kosmopolit Yehudi Menuhin hat einmal sinngemäß gesagt: „Würde nur jede Parlamentssitzung dieser Welt mit einem Bach-Choral beginnen, wie viel weniger aggressiv und feindlich wären die Diskussionen“.

Soziale Kompetenz schließt eine Vielzahl von Eigenschaften ein, darunter die Fähigkeit zu Rollenhandeln und auch -distanz, zur Identitätsfindung, zur Frustrationstoleranz, zur Empathie², zur sozialen Originalität und Kreativität, zum Verstehen des Selbst und des Anderen. Kompetenzen können durch die Musik vermittelt werden ohne einer sprachlichen Vermittlung oder Begrifflichkeit zu bedürfen. Des Weiteren können diese Fähigkeiten allesamt in „Spielräumen der Musik“ sanktions- und repressionsfrei, also ohne Ängste und ohne Schaden zu nehmen, experimentell erprobt und für das reale Leben weiterentwickelt werden. So meinte schon der Musikmeister zu dem jungen Josef Knecht in Hermann Hesses „Betrachtungen über Musik“: „Nirgends können zwei Menschen leichter Freunde werden als beim Musizieren.“ Auch soll Hermann Nohl an dieser Stelle zitiert sein, der den sozialen und sozialpädagogischen Auftrag der Musik in seinen pädagogischen und politischen Aufsätzen (Jena, 1919) hervorhebt: „Es gibt keine Kunst, die so zur Gemeinschaft erzieht, wie die

¹ der Wunsch, die Nähe anderer zu suchen, und die Art und Weise, mit ihnen umzugehen

² Fähigkeit eines Menschen, sich in einen anderen Menschen hineinzusetzen

Musik (...) Die ganz einfache Funktion der Musik ist, dass ihre Zaubertöne binden, im Gemeindegesang wie in der Marseillaise³: alle Menschen werden Brüder. Und diese Macht erreicht ihren Höhepunkt, wo ein Chor oder ein Orchester zusammen musizieren; da ist der einzelne eingereiht in ein Ganzes, weiß sich nur als ein Stück und Glied und ist doch getragen zu einer Höhe und Kraft, deren er allein nicht fähig wäre".

2.3. Eine kulturpädagogische Begründung

Arnold Gehlen zufolge ist der Mensch „von Natur ein Kulturwesen" und ein „Schöpfer und Geschöpf von Kultur" (M. Landmann). Auffallend dabei ist, dass es in Geschichte und Gegenwart keine Kultur, die völlig ohne Musik auskommt, gibt. Da Musik als eines der empfindlichsten Instrumente einer Kultur gelten kann, wäre es demnach die Aufgabe von Musikerziehung, Musikkultur in allen Aktivitätsbereichen, sei es in der Schule, in der Musikschule oder in der Laienmusik anzubieten und zu bewahren. Karl Kraus meinte hierzu treffend: „Wenn die Sonne der Kultur niedrig steht, werfen selbst Zwerge lange Schatten.“

2.4. Eine bildungspolitische Begründung

Ein Großteil der Schulen kann noch immer als reine Lern- und Wissensschule betrachtet werden. Das Verwenden von neuen Medien ist hierbei schon zur Selbstverständlichkeit geworden und dient als Werbemittel Nummer Eins vieler Schulen. Auch in der Freizeit sind Computer und Internet nicht mehr aus dem Leben der meisten Jugendlichen wegzudenken. Man kann mittlerweile von einer „Generation @" sprechen. Natürlich ist es notwendig, diese „zweite technologische Alphabetisierung“ in den Schulen durchzuführen, Kinder und Jugendliche dürfen aber nicht selbst zu datenverarbeitenden Maschinen degradiert werden. Die Musik soll dazu dienen, kreative Spielräume zurückzugewinnen. Des Weiteren trägt sie als Mittel zur Versinnlichung dazu bei, die totale „Verhirnlichung“ der jungen Menschen zu mindern. Mit dem Verlust von Sinnlichkeit wird nämlich auch die Sinn-Findung schwerer.

Trotz allem zählt der Musikunterricht in vielen Schulen zu den zweitrangigen Fächern und wird oft zu Gunsten anderer Disziplinen vernachlässigt oder die Unterrichtsbedingungen sind mangels qualifizierter Musikfachräume, fehlender Instrumente und Medien teils katastrophal. Ein Negativtrend zeigt sich in den Oberstufen in Form von einer Wahl zwischen den Fächern „Musik“ und „Bildnerische Erziehung“: Sie stellt die Schüler vor die unzumutbare ästhetische Alternative, sich für Blindheit oder Taubheit entscheiden zu müssen.

Neuesten Untersuchungsergebnissen in der Musikpädagogik und der Hirnforschung zu Folge, sollten das Erlernen eines Instruments und das gemeinsame Singen und Musikzieren schon im Volksschulalter beginnen um die Fähigkeiten optimal zu entwickeln und zu fördern, was die Wichtigkeit von fachgerechtem Musikunterricht ab der Volksschule, bestenfalls

³ Nationalhymne der Französischen Republik

schon ab dem Kindergarten in Form von „Musikalischer Früherziehung“, was aber noch im Kapitel 3.7. näher erläutert wird, beweist.

2.5. Eine musikemanente Begründung

Wissenschaftliche Forschungen und Langzeitstudien haben ergeben, dass sich das regelmäßige Musizieren positiv auf die Entwicklung eines Kindes auswirkt. In diesem Zusammenhang soll auf ein vom Bundesministerium für Bildung und Forschung in Berlin gefördertes Projekt „Zum Einfluss von erweiterter Musikerziehung auf die Entwicklung von Kindern“ verwiesen werden. Im Zuge dieser Untersuchungen hat ein Forscherteam unter Leitung von Dr. Hans Günther Bastian erstaunliche Ergebnisse und Erkenntnisse zeigen können, die in einer 670 Seiten umfassenden Studie vorliegen (Bastian 2000). Die Analyse fand in den Jahren 1992 bis 1998 an Berliner Grundschulen mit musikbetonten Zügen (zweistündiger Musikunterricht pro Woche, Erlernen eines Instruments, Musizieren im Ensemble) und an zwei Vergleichsschulen mit konventionellem einstündigen Musikunterricht (Kontrollgruppe) statt. Auf die genaueren Ergebnisse soll im Kapitel 4 eingegangen werden.

2.6. Eine inner-musikalische Begründung

Schon im Kindesalter soll der aktive Umgang mit Musik selbstverständlich werden um musikalische Anlagen und Fähigkeiten optimal zu fördern. Junge Menschen sollen dazu gebracht werden, Musik mit allen Sinnen und mit Freude zu erleben und mit den gegebenen Möglichkeiten selbst auszuführen. Dazu gibt es vielerlei Wege: Singen, Tanzen, Instrumentalspiel, (Gruppen-)Improvisation, Erfinden von Klanggeschichten, Inszenierung, Meditation, Interaktions- und Kommunikationsspiele und viele weitere fachliche Erfahrungsfelder. Das aktive Erfahren und Ausführen von Musik kann sich positiv auf verschiedenste Lebensbereiche auswirken: Die Freude an der Musik trägt zur Freude am Leben im Allgemeinen bei, der lustvolle Umgang im aktiven Musizieren und Singen kann als Lebenshilfe dienen, der Hörgenuss von Klangsinlichkeit kann als erweiterte ästhetische Erfahrung gesehen werden, ob sie nun in der Klassik- oder in der Rockmusik stattfindet.

2.7. Eine therapeutische Begründung

Die „Wirkmacht der Musik auf die Psyche“ ist allgemein bekannt; selbst Naturvölker schätzen ihre Zauber- und Heilkräfte. In der Musiktherapie wird sie heute zu Heilungs- und Kompensationszwecken eingesetzt.

Musik und Musizieren können zur menschlichen Triebbefriedigung, zur Kanalisierung von Aggressions- und Gewaltpotential, zum Abbau motorischer Staus, zur Veränderung emotionaler Stimmungen sozusagen „spielend, singend, tanzend, improvisierend, inszenierend“ beitragen.

3. Erster Kontakt zur Musik

Jeder Mensch ist musikalisch, ob er es weiß und sein will oder nicht! Schon früh kann man die Freude aller Kinder an Musik beobachten: sei es durch das Mitdirigieren bei den ersten klingenden Takten, die Lust am Lallgesang, den Drang nach Bewegung zur Musik, die spontane Reaktion in Mimik und Gestik, das erste Ordnen von Tönen auf der Klaviertastatur, die frühen Rhythmusimprovisationen auf und mit verschiedensten Gegenständen, usw. Bereits mit neun Monaten reagieren Kinder auf geringfügige Änderungen von Tempo oder Tonhöhe. Sie zeigen eine deutliche Abneigung gegenüber Dissonanzen und reagieren unterschiedlich auf Dur und Moll. Daraus lässt sich erkennen, dass die Nervenbahnen für die Verarbeitung von Musik demnach viel früher ausgebildet sind als die Sprachfähigkeit der Kinder. Das ist nicht unbedingt erstaunlich, ist das Ohr doch schon nach wenigen Wochen das erste vollständig ausgebildete Organ des Fötus.

Es gibt etliche Belege für eine jedem Menschen angeborene und eigene Musikalität. Forscher halten sogar ein musikalisches Gen für denkbar und amerikanische Psychologen verwenden schon seit längerem den Begriff einer „musikalischen Intelligenz“. Die angeborene Musikalität des Menschen muss jedoch als ein Nährboden betrachtet werden, auf dem sich später verschiedene musikalische Begabungen entwickeln können: So entstehen zum Beispiel perfekte Instrumentalisten, stimmbegabte Sänger, professionelle Tänzer, kreativen Improvisatoren, aber auch kompetente Zuhörer. Diese und viele andere Ausprägungen musikalischer Begabungen können sich jedoch nur im Laufe des Lebens entwickeln, wenn sie rechtzeitig entdeckt und gefördert werden.

Die Musikalität gehört sozusagen zur menschlichen Grundausstattung, sie ist – genauso wie die Sprache des Menschen – immer auch Erleben, Ausdruck, Symbol, Kultur, manchmal sogar Lebensexistential.

3.1. Biologischer Hintergrund

Im fünften bis sechsten Schwangerschaftsmonat sind beim Ungeborenen die Nervenzellen des Innenohrs bereits funktionsfähig. Bereits ab dem siebten Monat werden Laute von außen nachweislich wahrgenommen. Entgegen früherer Auffassungen ist der Geräuschpegel im Uterus eher leise. Dadurch heben sich Stimmen oder Geräusche von außen deutlich gegen Hintergrundgeräusche (Herz, Magen, Darm, Atmung der Mutter) ab. Die Stimme der Mutter wird aufgrund der körpereigenen Schallübertragung besonders gut wahrgenommen. Das hat zur Folge, dass der Säugling nach der Geburt die Stimme der Mutter sofort erkennt und bevorzugt. Neuere Forschungen haben ergeben, dass aber auch Musikstücke, oder sogar Musikgattungen, wie zum Beispiel Klaviermusik, die dem Ungeborenen während der Schwangerschaft vorgespielt wurden, wiedererkannt werden. Hat ein Neugeborenes im Mutterleib etwa verstärkt Klaviermusik gehört, spricht es später

besonders darauf an. In Experimenten hat man beobachtet, dass Melodien, die im sechsten bis achten Schwangerschaftsmonat vorgespielt wurden, nach der Geburt zum Beruhigen des Kindes verwendet werden können.

3.2. Die Bedeutung der Musik in der frühen Kindheit

Häufig stellen sich die Fragen, wie die angeborene Musikalität zu verstehen ist und wie sie sich am besten und für das Individuum am günstigsten entfaltet. Man versucht zu klären, warum Musik für Kinder, insbesondere für ihr Denken, Fühlen und Handeln so wichtig ist und was eine positive musikalische Entwicklung bewirken kann. Dabei sollen im Interesse des kindlichen Wohlbefindens (musik)erzieherische Zwänge ausgeschlossen werden.

Das Wissen über die musikalische Entwicklung von Kindern und Erwachsenen nimmt stetig zu. Gerade aber die Forschung zur frühkindlichen Musikerziehung in den entscheidenden ersten Lebensjahren steckt wortwörtlich noch in den Kinderschuhen. Im Allgemeinen muss man aber davon ausgehen, dass es keine „einzig wahre Musikerziehung“ gibt, d.h. dass die Ziele von Musikerziehung immer auch von Kultur, Zielgruppe, allgemeiner Sozialisation⁴ abhängig sind.

Viele Erwachsene blicken auf mehr oder weniger reichhaltige, aber auch mehr oder weniger beglückende musikalische Erfahrungen im Laufe ihres Lebens zurück. Diese Erlebnisse, die häufig mit besonderen Gefühlen verknüpft sind, gehen zurück bis in die frühe Kindheit. Von bewussten Musikerfahrungen kann aber erst ab dem dritten Lebensjahr gesprochen werden. Diese bewussten Musikerfahrungen in der frühen Kindheit haben ein breites Spektrum und können von der vollkommenen Überwältigung (etwa vom Klang und der Atmosphäre eines Konzertbesuchs oder eines schlichten Gottesdienstes) bis zu einem nicht selten anzutreffenden Traumata des Alleine-vor-der-Klasse-Singens in der Volksschule reichen.

Das erste Erleben von Musik, die die Aufmerksamkeit von Kindern geradezu magnetisch anziehen vermag, ist mit einer milden Form von Schock vergleichbar, bei dem sich Furcht und Neugier die Waage halten. Letztere setzt sich im Falle einer kindgerechten Vermittlung von Musik meistens durch und kann in späterer Folge ein lebenslanges Interesse an der Musik entfachen.

3.3. Ursprünge der Musikalität im Menschen

Noch immer konnte die Wissenschaft die Funktionen und Wirkungen von Musik in der kindlichen Entwicklung nicht restlos klären. Dennoch nimmt man an, dass die kindliche Orientierung zur Musik vordergründig dem Spracherwerb dient. Schon die Produktion eines einzigen Sprachlautes erfordert die Koordination vieler Millionen von Nervenzellen, die für Wahrnehmung, Aufmerksamkeitssteuerung, Gedächtnis und motorische Kontrolle der

⁴ Entwicklung der Persönlichkeit aufgrund ihrer Interaktion mit einer spezifischen materiellen und sozialen Umwelt

Muskeln und Sehnen unter anderem des vokalen Apparates zuständig sind. Das Lallen, Brabbeln und der Singsang von Säuglingen, besonders im „Dialog“ mit der Mutter, aber auch mit sich selbst, dient wahrscheinlich nicht nur dem Stimmtraining, sondern primär dem allmählichen Erwerb der Kommunikationsfähigkeit mit der Umwelt und insbesondere mit der Welt der Erwachsenen.

Der vor wenigen Jahren verstorbene Münchner Psychologe Hanus Papousek vermutete auf Grund jahrzehntelanger Forschungen, dass vor-sprachliches und vor-musikalisches Verhalten jeweils ineinander verwobene Voraussetzungen für den Spracherwerb darstellen. So diene das Erkennen von Verläufen in der Tonhöhe der Entwicklung von Sprachmelodie. Der Ausbildung eines Sprachrhythmus geht das Hören von verschiedenen Zeitstrukturen voraus. Beide Elemente werden vom Säugling nachweislich als wichtige Information zur Identifikation von Sprechstimmen, vorerst aber überhaupt zur Unterscheidung zwischen Sprache und Geräuschen, genutzt.

Säuglinge verfügen nur in einer bestimmten Zeitspanne nach der Geburt über eine vorhandene Fähigkeit, Regelmäßigkeiten im akustischen Signal zu erkennen und Segmente der Sprache, so genannte Phonem⁵- und Phrasengrenzen heraus zu filtern. Dadurch ist es möglich, die Grundstrukturen der Sprache in ersten Zügen zu erkennen und in ihre Bestandteile aufzulösen. Vor diesem Hintergrund ist es wahrscheinlich, dass Sprache und Musik auf einem gemeinsamen Kern von Vorgängen im Gehirn aufbauen.

Als Motivation im Neugeborenen für die kognitive Leistung zur Aneignung von Sprache dient ihre Verbindung mit Lust und starken Gefühlen. Das bedeutet, dass das Spiel mit musikalischen Elementen der stimmlichen Laute, mit Tönen, Rhythmen, Klangfarben vom Neugeborenen als lustvoll empfunden wird und somit die Entwicklung der Sprache und der Formung von Bedeutung tragenden Lauten, Worten und Phrasen bewirkt.

3.4. Struktur, Emotion und Ausdruck von Musik

Viele Musikpsychologen sind der Ansicht, dass ein emotionaler Zugang zur Musik erst dann entstehen kann, wenn beispielsweise Melodien nicht als Folge von Einzeltönen, sondern als Einheiten gesehen werden. Wissenschaftlichen Studien zu Folge ist diese Voraussetzung im Säugling in hohem Maße gegeben. So konnte auch nachgewiesen werden, dass Säuglinge im Alter von sechs Monaten schon in der Lage sind, musikalische Abschnitte von periodisch aufgebauter Musik zu identifizieren. Als besonders geeignet haben sich dabei die Menuette von Wolfgang A. Mozart erwiesen, weil er in diesen für Säuglinge besonders eingängige Mittel verwendet: Binnenabschnitte sind von zeitlichen Dehnungen der letzten Note geprägt, die Melodiekontur (das Auf und Ab des Melodieverlaufs) sinkt zum Ende der Phrase hin ab. Beide Merkmale erinnern stark an die herkömmliche Sprachmelodie. Diese Art der Musik

⁵ kleinste bedeutungsunterscheidende Einheit eines Sprachsystems

kommt somit den natürlichen Mechanismen der neuronalen Verarbeitung entgegen, weil sie schon vom Säugling intuitiv verstanden wird und ihm zugänglich ist, was entsprechend Freude und Lust bereiten kann.

3.5. Vorgeburtliches Hören

Das Wissen über die aktive Wahrnehmung, Aufmerksamkeit und Erinnerungsfähigkeit von Säuglingen für bestimmte musikalische Muster erklärt natürlich nicht, woher diese Fähigkeiten kommen und welche Mechanismen im Gehirn diese Wahrnehmungsleistungen ermöglichen. Dazu müssen die Untersuchungen auf die Entwicklung des fötalen Gehörs und auditiven Systems erweitert werden.

Viele Mütter bemerken schon während der Schwangerschaft, wie ihr Kind auf Musik reagiert. Die akustische Erkundung der Umwelt durch die Bauchdecke hindurch stellt die erste und für die gesamte Schwangerschaft einzige Form der Kontaktaufnahme des Fötus mit der Außenwelt dar. Dabei werden das fötale Gehör und die sich darin entwickelnden Hörbahnen geprägt. Einige Wissenschaftler gehen davon aus, dass nicht der Herzschlag die Grundlage für das spätere Empfinden von Rhythmen darstellt, sondern dass rhythmische Stimulationen durch die gehende Fortbewegung der Mutter induziert werden.

3.6. Wie Gefühle zur Musik entstehen

Wie bereits erwähnt, erkennen Säuglinge die Melodien, Rhythmen und Musikstücke wieder, die sie pränatal⁶ öfter gehört haben und reagieren auf sie sowohl mit Beruhigung als auch mit Erregung, was man als erste Dimension der emotionalen Musikerfahrung betrachten kann. Eine weitere Dimension tritt dann hinzu, wenn mit Musik positive oder negative Befindlichkeiten verknüpft werden, was Wissenschaftler als Valenz bezeichnen.

Die Entwicklung der Valenz-Dimension nimmt vermutlich längere Zeit in Anspruch. Sind drei- bis vierjährige Kinder nach einer Untersuchung von Isabelle Peretz und Mitarbeitern noch nicht dazu in der Lage, an ausschließlich musikalischen Merkmalen den traurigen oder fröhlichen Ausdruck einer Musik zu erkennen, nutzen Fünfjährige das Tempo für diese Unterscheidung, Sechs- bis Siebenjährige hingegen zusätzlich das Tongeschlecht.

Weiteren psychologischen Untersuchungen an Kindern und Erwachsenen (einschließlich psychiatrischen Patienten) zu Folge, können mit musikalischen Mitteln nicht alle Gefühle zum Ausdruck gebracht werden, wie landläufig angenommen wird, sondern nur die vier Grundgefühle, nämlich Freude, Trauer, Wut und Furcht, besonders gut identifiziert werden. Interessanterweise entsprechen die musikalischen Grundgefühle denen, die im Menschen am frühesten reifen und die zum überlebensnotwendigen Ausdruck körperlicher Befindlichkeiten gebraucht werden.

⁶ vor der Geburt

Es ist sehr schwer festzulegen, ab wann exakt und in welchem Stadium der Entwicklung emotionale Zugänge zur Musik bis hin zum ästhetischen Erleben ganz ausgebildet und als Kanäle intensiver Musikerfahrung voll verfügbar sind. Neueren Erkenntnissen zu Folge ist die Hörrinde aber erst im Alter von zehn bis zwölf Jahren voll ausgereift, was erstaunlich ist, weil zu diesem Zeitpunkt die biologischen und psychologischen Voraussetzungen zum Spracherwerb sowie dieser selbst längst erfüllt bzw. in vollem Gange sind.

3.7. Konsequenzen für die musikalische Früherziehung

Aus dem bisher Gesagten kann man schließen, dass in der Kindheit erworbene musikalische Primärerfahrungen prägend auf Einstellungen zur Musik bis ins Jugend- und Erwachsenenalter wirken können. Dabei ist wichtig, dass Eltern und Erzieher das Kind fördern, indem sie viel mit dem Kind spielen, mit ihm interagieren, es animieren, bestätigen, ermuntern und in seinem natürlichen musikalischen Verhalten bestärken. Selbstverständlich sollte sein, dass keine musikalischen Leistungen zu fordern sind. Wichtig wäre es, diese musikalischen Spiele als Bedürfnisse ernst zu nehmen, sie in das Kurrikulum der Früherziehung aufzunehmen und ausreichenden Freiraum zu gewähren. Die für das ganze Leben prägende Phase der frühkindlichen Entwicklung bietet nämlich reichhaltige Chancen, die natürlichen Ressourcen des elementaren musikalischen Verhaltens zu fordern und zu fördern. In diesem Zusammenhang liegt es eigentlich auf der Hand, dass gerade musikalische Spiele durch die Einbeziehung der Sinne, der Motorik, Aufmerksamkeit und Gedächtnis sowie nicht zuletzt durch die Stimulierung positiver Gefühle besondere Potenziale aufweisen. Einerseits sind nicht zu unterschätzende Effekte für die zerebrale Plastizität⁷ zu erwarten. Die betroffenen Zentren werden damit zu koordiniertem Verhalten und wechselseitigen Verstärkungen angeregt. Andererseits wird dem Kind ein weiterer Bereich eröffnet, in dem es durch Singen, Spielen und Tanzen Freude empfinden und sein Wohlbefinden steigern kann.

4. Einflussbereiche der Musik

Es wurde zweifelsfrei erwiesen, dass Musik und Musizieren die Lebensqualität bereichern und die Lebensfreude fördern. Damit wurde durch Ergebnisse empirischer Studien nur das bestätigt, was erfolgreiche Musikerzieher schon längst wussten: Mit Musik geht alles besser. Diese altbekannte Erfahrungstatsache steht dennoch immer wieder auf dem wissenschaftlichen Prüfstand. Beweise für diese Annahme werden aber nicht nur im Musikunterricht, sondern oft auch an ungewöhnlichen Orten gesucht:

- Kuhställe, in denen Mozarts Sinfonien für mehr Milchproduktion sorgen sollen

⁷ Aufbau neuer neuronaler Bahnen zwischen verschiedenen Hirnzentren in der Großhirnrinde

- Tomatenzuchten, in denen sich die Pflanzen unter den meditativen Klängen von Kitaro⁸ besonders üppig entfalten
- Supermärkte, Hotelhallen und U-Bahnhöfe, in denen die Besucher einer Dauerberieselung ausgeliefert sind

Wie Musik Einfluss auf Psyche, Geist und Körper des Menschen nehmen kann, soll im Folgenden geklärt werden.

4.1. Wirkung der Musik auf den Körper

Die Aufnahme von Geräuschen, Tönen und auch Musik erfolgt über das Sinnesorgan Ohr, das die von außen eintreffenden Reize an den rechten Schläfenlappen weiterleitet, wo die zentrale Hirnregion der Musikrezeption⁹ liegt. Noch ehe sie dort verarbeitet werden, wirken sie auf die Hypophyse¹⁰ und das limbische System, jenes System also, das für die Ausschüttung und Ausbreitung von Hormonen zuständig ist. Eindeutig konnte nachgewiesen werden, dass Herzschlagfrequenz, Blutdruck, Atmung und Puls von Tempo, Rhythmus und Tongeschlecht gehörter oder auch nur innerlich vorgestellter Musik beeinflusst werden. Komponisten des Barock nützten dieses Wissen und richteten die langsamen Sätze ihrer Konzerte grundsätzlich nach dem Ruhepuls (etwa 60 Schläge in der Minute) aus, was bei Hörern und Musizierenden für ein ausgeglichenes Körpergefühl sorgt.

4.2. Kognitive Entwicklung

Eine größere Anzahl von Langzeitstudien in den USA, in der Schweiz, in Österreich, Deutschland und China haben mittlerweile übereinstimmend die Auswirkungen der Musik auf die Großhirnrinde nachgewiesen. Es konnten positive Auswirkungen auf die Leistungsfähigkeit des Gehirns gezeigt werden, weil durch Musik beide Gehirnhälften angeregt werden, komplex zusammenzuarbeiten, was die Kognition¹¹ steigert.

Experimente belegen, dass sich beim Hören von Musik Gehirnaktivität vor allem in einem zentralen und eindeutig bestimmbar Bereich des Gehirns zeigt, während beim Spielen eines Instruments wie auch beim Singen weit verzweigte Nervenzellnetzwerke mit Einbeziehung fast aller Großhirnstrukturen aktiviert werden. Dabei konnte eine Stabilisierung der zunächst nur vorübergehenden positiven Änderungen der neuronalen Vernetzung bereits nach fünf Wochen Training an einem Instrument festgestellt werden.

Entscheidend dafür ist die Tatsache, dass die Melodieverarbeitung mehr in der rechten, die Rhythmusverarbeitung dagegen mehr in der linken Hirnhälfte geschieht. Das bedeutet, dass Musik stets beide Hirnhälften aktiviert, was zu einer optimaleren Ausbalancierung beider

⁸ Pseudonym des japanisch-amerikanischen Musikers und Komponisten Masanori Takahashi

⁹ Hirnregion zur Aufnahme und Verarbeitung von Musik

¹⁰ Gehirnanhangsdrüse

¹¹ Begriff für Prozesse und Produkte, die auf der Grundlage der Leistungsfähigkeit des Gehirns auf überwiegend intellektuelle, verstandesmäßige Wahrnehmungen und Erkenntnisse bezogen sind

Hemisphären führt. Wurde schon in sehr frühen Jahren mit dem Musizieren begonnen, kann außerdem eine deutliche Vergrößerung des Corpus callosum¹² festgestellt werden.

4.3. Soziale Kompetenzen

In den Untersuchungen durch Bastian (2000) konnte festgestellt werden, dass es in den musikbetonten Klassen deutlich weniger ausgegrenzte Schüler gab, als in der Kontrollgruppe. Als Grund dafür wird angenommen, dass das Ensemblespiel die Gemeinschaft fördert, weil das Miteinander-Schaffen, das Voneinander-Lernen, das Aufeinander-Zugehen und das Füreinander-Da-Sein im Rahmen der gemeinsamen Verantwortung für das Gelingen des Ganzen geschult wird. Nicht umsonst gilt Musik daher als die sozialste aller Künste, als ein Kontaktmedium par excellence.

Grundlegend für die positive Entwicklung sozialer Kompetenzen sind die Erfordernisse beim Ensemblespiel: das aufeinander Hören, sich aneinander Orientieren, das Zurückstecken und einer anderen Stimme den Vortritt Lassen, um dann auch selbst wieder für einige Takte einen dominanten Part zu übernehmen. Diese Kompetenzen werden kaum irgendwo konzentrierter trainiert als beim gemeinsamen Musizieren.

Zudem erfordert der oft rasche Wechsel von einem getragenen Largo-Satz hin zum heiterfröhlichen Allegro Flexibilität und Kreativität im Denken und Fühlen. Daraus ergibt sich die Vermutung, dass sich Musiker besonders rasch auf neue Situationen und auf andere Personen einstellen könnten.

4.4. Intelligenz

Bastian konnte bereits für 6- bis 7-jährige Kinder einen monoton-steigenden Zusammenhang zwischen musikalischer Begabung und Intelligenz feststellen. Mit höherem Musikalitätswert steigt auch der Intelligenzquotient. Nach vier Jahren erweiterter Musikerziehung kam es nämlich zu einem signifikanten IQ-Zugewinn bei Kindern aus musikbetonten Grundschulen (IQ-Mittelwert der Modellgruppe 111, IQ-Mittelwert der Kontrollgruppe 105). Dabei konnte auch eine weitere Steigerung bei Kindern aus der Modellgruppe mit bereits zu Projektbeginn überdurchschnittlichem IQ-Wert nachgewiesen werden. Überdies profitierten auch sozial benachteiligte und in ihrer kognitiven Entwicklung weniger geförderte Kinder (mit unterdurchschnittlichem IQ) vom Umgang mit Musik.

Abstraktes und komplexes Denken werden unter anderem durch Blattspielübungen gefördert: Informationen in extremer Fülle und Dichte (Noten, Takt, Tempo, Lautstärke, Agogik, usw.) müssen schnell und gleichzeitig verarbeitet werden. In keinem anderen Fach, bei keiner anderen Tätigkeit muss ein Kind so viele Entscheidungen gleichzeitig treffen und diese kontinuierlich über solche Zeitstrecken hinweg erarbeiten, wobei sich die ständig

¹² Balken, der die beiden Gehirnhälften miteinander verbindet

verändernde geistige, psychische und physische Beanspruchung positiv auf die Gehirnleistungen auswirkt. Schon bei einfachsten Stücken werden Fähigkeiten des Intellekts (Begreifen), der Grob- und Feinmotorik (Greifen), der Emotion (Ergreifen) und der Sinne gleichzeitig und in hohem Maße beansprucht.

Durch die präzise Koordination der Hände und Finger auf Saiten, Tasten oder Klappen wird aber auch das räumliche Vorstellungsvermögen stark beansprucht, was sich entscheidend auf die Fähigkeit, in Mustern und Strukturen zu denken und Abstraktionsleistungen zu erbringen, auswirkt, wie dies zum Beispiel in der Mathematik und in den Naturwissenschaften erforderlich ist.

4.5. Konzentration

Laut Bastian (2000) lässt sich in der ersten bis sechsten Schulstufe die Tendenz feststellen, dass die Fähigkeit zur konzentrierten Wahrnehmung eher nachlässt, was für ihn auch auf zunehmende Umwelt- und insbesondere Medieneinflüsse zurückgeführt werden kann. In den Klassen mit erweitertem Musikunterricht konnten hingegen weniger schwache und extrem schwache Konzentrationsleistungen als in herkömmlichen Klassen festgestellt werden. Das bedeutet, dass das Musizieren besonders Kindern mit hohen Konzentrationsdefiziten interventiv¹³ und kompensativ¹⁴ helfen kann.

4.6. Musikalische Begabung, Leistung, Kreativität

Kinder der musikbetonten Grundschulen schneiden in allen musikalischen Begabungs-, Leistungs- und Kreativitätstests über die Zeit hinweg besser ab als Kinder aus der Kontrollgruppe. Daraus lässt sich schließen, dass die „Musikalisierung“ in ein und demselben Lernprozess zugleich die genannten Persönlichkeitsvorteile in anderen Bereichen fördert.

4.7. Angst, emotionale Labilität

Obwohl nachgewiesen wurde, dass die meisten Kinder, unabhängig von ihrer Gruppenzugehörigkeit, überdurchschnittliche Angstwerte im Verlaufe ihrer Grundschulzeit deutlich abbauen konnten, glauben Schüler der Kontrollgruppe jedoch von sich selbst, über die Zeit hinweg eher ängstlicher geworden zu sein, während die Schüler der musikbetonten Grundschulen meinen, allgemeine Ängste besser reduzieren zu können. Musik kann also als eine Art „emotionales Refugium¹⁵“ betrachtet werden, gerade und insbesondere in der Phase der beginnenden Pubertät mit all ihren Identifikationsproblemen.

¹³ eingreifend

¹⁴ ausgleichend

¹⁵ Rückzugsmöglichkeit

4.8. Schulische Leistungen

Der genannte musikbetonte Unterricht an Berliner Grundschulen bedeutet für alle Schüler zusätzliche Zeitinvestitionen bis in die Nachmittagsstunden, so im Erlernen eines Instrumentes, im Üben, im Ensemblespiel oder in der Vorbereitung von Aufführungen. Trotz dieses erheblichen Zeitaufwands konnten keine Verschlechterungen der allgemeinen schulischen Leistungen festgestellt werden. Der prozentuale Anteil der Kinder mit überdurchschnittlich guten Leistungen ist in der Modellgruppe mit musikbetontem Unterricht oftmals höher als in der Kontrollgruppe. Dies gilt für die Fächer Mathematik, Deutsch und Englisch.

4.9. Negative Effekte von Musik

1913 fand die Uraufführung von Igor Strawinskijs Ballett „Le Sacre du Printemps“ in Paris statt. Eine Zeitung berichtete wie folgt über die Reaktion des Publikums: *„Entfesselte Premierenbesucher tobten, prügeln sich, und der Lärm im Publikum nahm ein solches Ausmaß an, dass die Tänzer das Orchester kaum noch hören konnten.“* Anscheinend hatte Strawinskijs Musik eine Art Massenhypnose zur Folge, die in den Akt gemeinsamen Randalierens mündete. Durch die veränderten Hörgewohnheiten ist es eher undenkbar, dass Strawinskijs Werk auch heute noch diese Wirkungen erzielen könnte. Das Potential der Musik, Randalier-Situationen entstehen zu lassen, bleibt jedoch erhalten. Wie bereits erläutert, wirken die verschiedenen Arten von Musik und Rhythmen unterschiedlich auf die Ausschüttung von Hormonen. Je nach Zusammensetzung der Hormone kann dadurch auch ein Energiestau erzeugt werden, den der Körper ausagieren muss, bestenfalls durch Bewegung beim Tanzen, schlechtestenfalls durch das Ausleben entstandener Aggressionen. Bestimmte Gruppierungen machen sich diesen Effekt auch bewusst zu nutze: So werden die Rituale esoterischer Zirkel fast grundsätzlich mit Hilfe musikalischer Elemente organisiert und gesteuert, können doch mit Rhythmen angeheizt-aggressive oder auch passiv-reflexionslose Zustände bei den beteiligten Personen erzeugt werden.

Selbst Denk- und Handlungsstrukturen von Gruppen und Massen können ganz bewusst über Gefühlsmanipulationen beeinflusst und die gruppenkonstituierende Kraft der Musik in sehr verderblicher Weise missbraucht werden.

Facharzt für Psychiatrie und Psychoanalytiker Wolfgang Leuschner zeigt in seinem Artikel „Rock'n'Kill. Die mörderische Macht der Nazi-Musik“ am Beispiel der rechtsradikalen Szene in Deutschland auf, welche Rolle die Beeinflussung durch Musik spielen kann. Rock-Songs werden dazu verwendet, vielfältige und unbestimmte Ängste Einzelner zu einheitlichen, konkreten Überzeugungen und Vorgehensweisen Vieler zu bündeln. Die Aufnahme der verbreiteten Ideologien wird durch die extreme Lautstärke der Musik gemeinsam mit einem

stupiden, einheitlichen Rhythmus, der den Körper in einen einerseits erschöpften, andererseits erregten Ausnahmezustand versetzt, bewusst vorangetrieben.

5. Musiktherapie

Dieses Kapitel soll, wie in der Einleitung bereits erwähnt, die praktische Anwendbarkeit von Musik als Therapie aufzeigen.

5.1. Definition

Definition nach der Deutschen Gesellschaft für Musiktherapie:

„Musiktherapie ist der gezielte Einsatz von Musik im Rahmen der therapeutischen Beziehung zur Wiederherstellung, Erhaltung und Förderung seelischer, körperlicher und geistiger Gesundheit.

Musiktherapie ist eine praxisorientierte Wissenschaftsdisziplin, die in enger Wechselwirkung zu verschiedenen Wissenschaftsbereichen steht, insbesondere der Medizin, den Gesellschaftswissenschaften, der Psychologie, der Musikwissenschaft und der Pädagogik.

Der Begriff „Musiktherapie“ ist eine summarische Bezeichnung für unterschiedliche musiktherapeutische Konzeptionen, die ihrem Wesen nach als psychotherapeutische zu charakterisieren sind, in Abgrenzung zu pharmakologischer und physikalischer Therapie.

Musiktherapeutische Methoden folgen gleichberechtigt tiefenpsychologischen, verhaltenstherapeutisch-lerntheoretischen, systemischen, anthroposophischen und ganzheitlich-humanistischen Ansätzen.“

5.2. Musik als klingende Medizin

Schon in antiker und chinesischer Heilkunst wurde die Wirkung der Musik auf den Körper genutzt. Mittlerweile kann man auch zum Beispiel in der modernen Schmerztherapie verstärkt Erfolge verzeichnen: Musik während operativer Eingriffe lässt eine erhebliche Reduktion von Schmerzmitteln, Psychopharmaka, Anästhetika¹⁶ und Muskelrelaxantien¹⁷ zu. Auch andere medizinische Erfolge können vermerkt werden: Bei Infarktpatienten wurden in Sprach- und Bewegungstherapien, die mit Musiktherapien verknüpft sind, erheblich größere Wirkungen erzielt. Komapatienten können über Musik angesprochen und im besten Falle sogar zur Wiedererlangung des Bewusstseins geführt werden. Krankhafte Schlaflosigkeit und Erschöpfungszustände lassen sich mit Musik ebenso erfolgreich therapieren wie bestimmte Formen der Depression. Auch die erstaunliche Wirkung von Musiktherapie bei Behinderten ist seit Jahrzehnten anerkannt.

¹⁶ Medikament zur kurzzeitigen Verminderung oder Ausschaltung der Schmerzempfindung

¹⁷ muskelentspannendes Mittel

5.3. Anwendungsgebiete der Musiktherapie

Der Begriff „Musiktherapie“ bezeichnet unterschiedliche musiktherapeutische Konzeptionen, die ihrem Wesen nach als psychotherapeutische zu charakterisieren sind, in Abgrenzung zu pharmakologischer und physikalischer Therapie.

In der Musiktherapie werden gleichzeitig Ansätze aus tiefenpsychologischen, verhaltenstherapeutisch-lerntheoretischen, systemischen, anthroposophischen¹⁸ und ganzheitlich-humanistischen Therapien vereint. Das Berufsbild des Musiktherapeuten entstand Ende 1950. Heutzutage ist die therapeutische Anwendung von Musik als klinische Behandlungsmethode erprobt und etabliert. Private und staatliche Ausbildungsinstitutionen befähigen zur Ausübung des Berufes.

Musiktherapeutinnen und Musiktherapeuten arbeiten in stationären und ambulanten Einrichtungen der medizinischen und psychosozialen Versorgung und in freier Praxis. Darunter versteht man:

- Psychiatrische Kliniken
- Psychosomatische und psychotherapeutische Kliniken
- Kliniken der Organmedizin (z.B. Onkologie¹⁹, Neurologie)
- Senioreneinrichtungen
- Sonderpädagogische Einrichtungen
- Heilpädagogische Einrichtungen
- Zentren für Prävention und Selbsterfahrung

Im Folgenden sollen die Anwendungsgebiete der Musiktherapie näher erläutert werden:

5.3.1. Heilpädagogik

Schon seit mehreren Jahrzehnten wird Musiktherapie an heilpädagogischen Tagesstätten als Bestandteil des therapeutischen Förderungsangebotes geführt. Sie hat sich kontinuierlich zu einem psychotherapienahen Verfahren entwickelt, in dem Kinder und Jugendliche über die Musik und über den therapeutischen Kontakt entwicklungsfördernde Erfahrungen machen können.

Es gibt die Möglichkeiten der Einzeltherapien oder Gruppentherapien. Beide haben gemeinsame inhaltliche Schwerpunkte auf der musikalischen Ebene, die von gemeinsamem Singen, Tanzen und Spielen bis zur freien Improvisation auf einfach zu spielenden Musikinstrumenten reicht. Dabei spricht man von einer „aktiven“ bzw. „zentralen Musiktherapie“, bei der sich der Patient/das Kind selbst Musikinstrumente aussucht und nur mit wenigen Vorgaben durch den Therapeuten beginnt zu musizieren. Der Musiktherapeut begleitet und unterstützt das Spiel des Kindes oder Jugendlichen und spielt auf Instrumenten mit. In dieser freien Form des Spiels kommen viele wichtige Informationen über Gefühle,

¹⁸ Gebiet der Alternativmedizin

¹⁹ Krebsforschung und -therapie

Ängste, Wünsche, über Vergangenes, Momentanes und Zukünftiges zu Tage. Diese Hinweise auf nonverbaler Ebene werden vom Therapeuten gedeutet und beantwortet. Es entsteht zwischen dem Patienten und dem Therapeuten eine Art Dialog über Töne, Rhythmen und Klänge, in dem viel Bewegung und Entwicklung, Kreativität und Konstruktivität, aber auch Stillstand und Regression, Ratlosigkeit und mitunter Destruktivität ausgedrückt werden können. Im Laufe der Zeit lassen sich Veränderungen in den Kompositionen feststellen, was sich auch auf die persönliche Entwicklung des Patienten übertragen lässt.

Ein Teilgebiet der Musiktherapie stellt die rezeptive Musiktherapie dar, in der das Hören von Musik im Vordergrund steht. Hier improvisiert zum Beispiel der Musiktherapeut für das Kind. Das Gehörte kann zu neuen, veränderten Spielen, Tänzchen oder Gesprächen anregen.

Musiktherapie ist besonders geeignet für Kinder, die

- sich im Kontakt und in der Kommunikation mit Mitmenschen schwer tun
- sich tendenziell eher zurückziehen
- ängstlich oder passiv auf Anforderungen der Realität reagieren
- schnell in aggressive Auseinandersetzungen geraten
- hinter ihren eigentlichen Möglichkeiten zurück bleiben

Über die Musik, bzw. den musikalischen Dialog kann es zu einer Stärkung und Beruhigung der gesamten Persönlichkeit kommen.

5.3.2. Geriatrie²⁰

Für die häufigsten psychischen bzw. psychiatrischen Erkrankungen im Alter (Depression und Altersdemenz) bietet Musiktherapie grundlegende Hilfen.

In der Behandlung depressiver Patienten, deren Gefühlswelt erstarrt ist, wird die emotionalisierende Wirkung der Musik genutzt. Es wird angestrebt, die Gefühlsleere zu füllen und die Erstarrung zu lösen. Dabei kompensiert Musik verbale Ausdrucksunfähigkeit, ersetzt die Worte und fördert differenzierende Wahrnehmung. Des Weiteren wird die erinnerungstragende Funktion genutzt, indem Assoziationen an - meist positiv besetzte - Erlebnisse der Vergangenheit durch Musik hervorgerufen werden, was dazu beitragen soll, Lebensbilanzen besser zu bewerten und die brüchig gewordene Identität zu stabilisieren. Durch das Musizieren werden außerdem die Experimentierbereitschaft, das Einlassen auf neue Erfahrungen und das Suchen von Lösungswege gefördert.

Für altersdemente Patienten ist an erster Stelle die erinnerungsweckende Funktion der Musik zu nennen. Da die Erkrankten schwerpunktmäßig in der Realität ihrer Kindheit und Jugend leben, knüpft die Musik an diese Zeitspanne an, weil sich die prägenden musikalischen Erfahrungen aus Kindheit und Jugend als resistent gegen das Vergessen

²⁰ Lehre von den Krankheiten des alten Menschen

erweisen. So konnte zum Beispiel beobachtet werden, dass ein altersdementer Patient, der sich nicht einmal an seinen Namen erinnern konnte, mühelos ein vierstrophiges Volkslied singen konnte. Die Erfahrung, dies noch zu können, trägt zum Identitätserhalt, zum Angstabbau und somit zu einem erheblichen Stück Lebensqualität bei. Die Emotionalität, über die Altersdemente noch sehr viel länger verfügen, als über kognitive Fähigkeiten, wird mit Hilfe vertrauter Musik gezielt angeregt, was nicht selten erhöhte Wachheit und Verbalisierungsfähigkeit bewirkt.

5.3.3. Neurologie

Im Bereich der Neurologie werden alle Erkrankungen, die durch Schädigung des Zentralen Nervensystems (Gehirn und Rückenmark) entstanden sind, erforscht und behandelt. Eine Beschädigung des Nervensystems kann durch äußere Einflüsse (Unfall), angeborene Abweichungen (Aneurysma) und innere Erkrankungen (Schlaganfall, Entzündungen) entstehen. Die auftretenden Krankheitsbilder sind unter anderem: Aphasie (Sprachverlust), Apraxie (Störungen der Motorik), Neglect (Wahrnehmungsstörung einer Körperseite), Koma, Querschnittslähmung, Hemiplegien (komplette Lähmung einer Körperseite).

Im Bereich der Neurologie richtet sich die Behandlung mit Hilfe von Musiktherapie im Allgemeinen weniger auf die physischen Folgen der Erkrankung. Im Mittelpunkt steht hingegen vor allem die Verarbeitung der durch die Krankheit entstandenen psychischen und sozialen Folgen (Trauern um das Leben vor der Erkrankung, Umgang mit der neuen Lebenslage, etc.).

5.3.4. Ambulante Versorgung

Ambulante Musiktherapie, die in musiktherapeutischen Praxen angeboten wird, hat zum Ziel, betroffene Kinder, Jugendliche und Erwachsene außerhalb eines stationären Rahmens (Krankenhaus) von psychischer Überforderung zu entlasten bzw. psychischer Überforderung vorzubeugen (Prävention). Es gibt ambulante Einzelmusiktherapie, Gruppenmusiktherapie und musiktherapeutische Selbsterfahrung.

Mit ambulanter Musiktherapie im engeren therapeutischen Sinne können psychische Störungen und Defizite wie zum Beispiel tiefgreifende Entwicklungsstörungen (Autismus), emotionale Störungen (Depressionen), strukturelle Störungen (Persönlichkeitsstörungen) oder Störungen des kommunikativen Verhaltens (Mutismus) in längerfristigen Prozessen behandelt werden.

5.3.5. Psychiatrie

Musiktherapie kann in allen Bereichen der Psychiatrie (allgemeine Psychiatrie, Gerontopsychiatrie, Forensik, Kinder- und Jugendpsychiatrie) als Verfahren, das die

Patienten in Kontakt mit ihren Emotionen bringen und so Spannungen, Ängste, emotionale Konflikte, destruktives Verhalten, Irrationalität und Probleme in interpersonellen Beziehungen fokussieren soll, eingesetzt werden. Dabei können verschiedene Störungen wie schizophrene Erkrankungen, Persönlichkeitsstörungen, affektive Störungen, neurotische und Angststörungen, Anpassungs- und Belastungsreaktionen und Suchterkrankungen behandelt werden.

5.3.6. Kinder- und Jugendpsychiatrie

Musiktherapie in der Kinder- und Jugendpsychiatrie reicht auf einer breiten Skala von heilpädagogischen bis hin zu psychotherapeutisch orientierten Verfahren. Sie wird sowohl einzel- als auch gruppentherapeutisch im voll- und teilstationären Bereich, sowie als ambulante Therapie angeboten. Die Altersspanne der Kinder und Jugendlichen liegt zwischen vier und achtzehn Jahren.

Haupttherapieziele sind die Förderung von Entwicklung und Identität, Erweiterung von Handlungs- und Kommunikationsspielräumen, Verbesserung des Selbstbildes und Ausweitung der Ausdrucksmöglichkeiten auf nonverbale Gebiete mit Hilfe von Musikrezeptionen oder Musikprojekten.

Die Arbeit mit Kindern erfordert von Musiktherapeut(inn)en ein hohes Maß an Flexibilität, weil Kinder oft über keine Krankheitseinsicht verfügen und ihr Erleben selten in Worten, vielmehr im Handeln und im Spiel ausdrücken. Mit den Musikinstrumenten wird nicht nur und nicht immer musiziert, sondern zum Beispiel eine Festung gebaut oder gar Verstecken gespielt. Das Vorhandensein anderer Medien wie etwa Malstifte, Papier und Handpuppen kann hilfreich sein.

In der Therapie mit Jugendlichen ermöglicht Musik viele Anknüpfungspunkte, weil Musik in ihren unterschiedlichen Stilrichtungen für Jugendliche oft Ausdruck von Lebensgefühl, von Identität und Abgrenzung darstellt. Aber auch die freie Improvisation kann eine Hilfestellung für die Bewältigung der Aufgaben der Pubertät (Selbstfindung, Ablösung, etc.) sein.

Wichtig ist, auch die Bezugspersonen des Kindes/des Jugendlichen direkt und indirekt in die Therapie miteinzubeziehen. Die verbale Kommunikation in der Familie wird oft leidvoll erlebt. Auf der musikalischen Ebene kann Kontakt und Kommunikation positiv erlebt werden. Veränderungen und Lösungen können spielerisch erprobt werden.

5.3.7. Psychosomatik

Psychosomatisch erkrankte Patienten leiden zumeist unter Kontakt- und Beziehungsschwierigkeiten zu sich selbst und zu anderen. Der grundlegende Ansatz der Psychotherapie ist die Arbeit an der zwischenmenschlichen Beziehung. Die Musiktherapie

als ein primär nonverbales Verfahren stellt eine geeignete Behandlungsmethode dar um den Boden für Beziehungsfähigkeit zu bereiten.

Im aktiven musikalischen Spiel produzieren die Patienten Musik und bringen so sich selbst und ihre Gefühle zum Ausdruck. Musik kann in der Improvisation auch symbolischer Ausdruck für Konflikte, Krisen, Blockierungen und Angst sein. Auf musikalischer Ebene kann ein Probehandeln stattfinden, bei dem neue Verhaltensweisen und Gefühle im geschützten Rahmen erfahrbar werden.

Musiktherapie arbeitet ebenso am Zuhören (sich selbst und die anderen hören), weil das Zuhören als eine Grundlage für Beziehungen betrachtet wird. Durch das Einbeziehen der Körpersprache im Dirigieren, Zeigen soll die Fähigkeit, sich mitteilen zu können, geschult werden.

Psychosomatische Patienten werden oft als angepasst und mit wenig Selbstwertgefühl ausgestattet erlebt, was auf frühe Störungen in präverbalen Entwicklungsstadien zurückzuführen ist und sich oftmals in kindlichen Anlehnungs- und Versorgungswünschen äußert. Kontaktstörungen in Form einer Nähe-Distanzproblematik gehören zum Erscheinungsbild des Psychosomatikers und sind ein besonders deutlicher Indikationsfaktor für die Musiktherapie. Grenzenlosigkeit oder Grenzüberschreitung können durch musikalischen Kontakt und Gestaltung reguliert werden. Besonders die freie Improvisation, als spielerische Handlungsmöglichkeit ohne Leistungsorientierung und Reglementierung, wirkt den ebenfalls oft beobachteten leistungsorientierten Tendenzen bei psychosomatischen Patienten entgegen.

6. Resümee

Alle Ergebnisse und Erkenntnisse von Musikstudien sprechen für die positive Wirkung von Musik auf die Entwicklung von Menschen und deren Befindlichkeit. Daher sollte eine engagierte(re) Bildungs- und Schulpolitik gefordert werden, die in allgemein bildenden Schulen das Fach Musik vom Rand in die Mitte rückt und eine Kulturpolitik, die das förderliche Umfeld der Laienmusik anerkennt und auch fördert. Kinder sollten die Chance erhalten, ein Instrument (nach Möglichkeit ihrer Wahl) zu erlernen und in Gemeinschaft mit anderen zu musizieren. Eltern, Erzieher und Lehrer sollten das Geist-, Gefühls-, Kreativitäts- und Sozialpotential von Musik erkennen und zu nutzen verstehen.

Das „Wunder Musik“ soll abschließend mit einem Zitat verdeutlicht sein:

„Die Musik drückt das aus, was nicht gesagt werden kann und worüber zu schweigen unmöglich ist.“ Victor Hugo

7. Bibliographie

Bastian, Hans Günther (2000): Musik(erziehung) und ihre Wirkung. Eine Langzeitstudie an Berliner Grundschulen. Mainz: Schott International

Bastian, Hans Günther (2001): Kinder optimal fördern - mit Musik. Intelligenz, Sozialverhalten und gute Schulleistungen durch Musikerziehung. Mainz: Schott International

Eliot, Lise (2001): Was geht da drinnen vor? Die Gehirnentwicklung in den ersten fünf Lebensjahren. Berlin: Berlin

Gembris, Heiner (1998): Grundlagen musikalischer Begabung und Entwicklung. Augsburg: Wißner

Gembris, Heiner (2001): Musik, Intelligenz und Persönlichkeitsentwicklung. In: Gembris et. al. (Hg.): Macht Musik wirklich klüger? - Musikalisches Lernen und Transfereffekte. Musikpädagogische Forschungsberichte. Bd. 8

Gruhn, Wilfried (2001): Musikalische Lernstadien und Entwicklungsphasen beim Kleinkind. Eine Langzeituntersuchung zum Aufbau musikalischer Repräsentationen. Diskussion Musikpädagogik, 9, 54-81

Kreusch-Jacob, Dorothee (2001): Musik macht klug. Wie Kinder die Welt der Musik entdecken, München: Kösel

Parncutt, Richard (1997). Pränatale Erfahrung und die Ursprünge von Musik. In: L. Janus & S. Haibach (Hg.) Seelisches Erleben vor und während der Geburt. Neu-Isenburg: LinguaMed, 225-240

Spychiger, Maria (1992): Zwischen Mythos und Realität: Außermusikalische Wirkungen von Musikunterricht. In: Psychologie, Erziehung, Unterricht. 39. Jg., S. 243 - 252

www.musiktherapie.de (letzter Zugriff: 21.05.2005)