

Zum Verständnis der Aufführungsangst bei Musikern

Helmut Möller und Horst Petri, Berlin

Zusammenfassung

Pathologische Aufführungsängste gehören zu den häufigsten und besonders leidvollen Behinderungen im Leben eines Musikers. Nach einer kurzen theoretischen Einführung werden in sechs kasuistischen Beispielen typische Schwellsituationen von der Kindheit über die Ausbildungszeit bis zum höheren Berufsalter beschrieben, die die verschiedenen Entstehungsbedingungen dieses psychischen Symptoms illustrieren. Der tiefenpsychologische Interpretationszugang zeigt, dass Aufführungsängste nicht monokausal erklärbar sind, sondern ein komplexes Konfliktgeschehen aus intrapsychischen, interpersonellen und sozialen Bedingungen ausdrücken. In der Diskussion wird die Notwendigkeit der engen Zusammenarbeit zwischen Musikermedizin und Musikpädagogik betont, um die vielfältigen präventiven und therapeutischen Aufgaben lösen zu können.

Einleitung

Aufführungsängste gehören zu den häufigsten und am meisten gefürchteten Begleiterscheinungen im Leben eines Musikers. Deswegen beschäftigt sich der psychologische Zweig der Musikermedizin seit ca. fünfzehn Jahren ausführlich mit der Erforschung dieses Phänomens und den Möglichkeiten therapeutischer und präventiver Interventionen. Auch in den öffentlichen Medien findet es inzwischen eine breite Aufmerksamkeit. Das jüngste Beispiel ist der Film "Trip to Asia" von 2008 in der Regie von Thomas Grube. Während das Philharmonische Orchester Berlin unter der Leitung von Sir Simon Rattle verschiedene asiatische Länder bereits, berichten einige Musiker in sehr persönlichen Interviews nicht nur über die Glanzseiten ihres Berufs, sondern auch über die damit verbundenen Belastungen durch Stress- und Angstreaktionen.

Das zunehmende wissenschaftliche und öffentliche Interesse an der Thematik dürfte auch im Zusammenhang stehen mit der herausgehobene Stellung der Musik im Kulturleben einer Gesellschaft.

Lampenfieber versus pathologische Aufführungsangst

Dazu ist zunächst eine Klarstellung notwendig. In der Literatur schwanken die epidemiologischen Angaben über die Häufigkeit von

Aufführungsängsten bei Musikern zwischen 25 % und 96 %. Brodsky (1996) führt diese enorme Streubreite auf den Mangel an einer einheitlichen Definition zum Konstrukt der Aufführungsangst zurück. Ohne solche Definition sind die Daten jedoch wertlos und tragen eher zur Dramatisierung des Phänomens und zur Stigmatisierung eines ganzen Berufsstandes bei, als dass sie zum Ausbau pädagogischer Strategien und therapeutischer Hilfen motivieren.

Ängste und somit auch Aufführungsängste sind primär normale Notfallreaktionen des Organismus von Signalcharakter, um sich gegen drohende Gefahren wehren und das psychophysiologische Gleichgewicht wieder herstellen zu können. Dazu aktiviert der Organismus alle seine Kräfte und seine der Gefahr angemessenen Fähigkeiten zu deren Bewältigung. Allerdings brauchen darstellenden Künstler, ob Musiker, Sänger oder Schauspieler eine spezielle Form der Aufführungsangst, das so genannte Lampenfieber, um besondere Leistungen erbringen zu können.

Davon scharf abzugrenzen sind Aufführungsängste, die vom Organismus nicht mehr bewältigt werden können. Sie führen zu akutem oder chronischem Versagen beim Musizieren zu physiologischen Störungen der Spieltechnik, zu seelischen Symptombildungen wie Depressionen und Dauerängsten, oft verbunden mit Alkohol- und Medikamentenmissbrauch, zu psychosomatischen Beschwerden und im Extremfall zu völligem beruflichem Scheitern (Wittchen et al., 1995). Nur in diesen Fällen können wir von einer psychopathologischen Form der Aufführungsangst sprechen, wobei die breitgestreute Komorbidität im Einzelfall immer eine Tragödie bedeutet und dringender Hilfe bedarf. Auch wenn uns die Datenlage zu ihrer Häufigkeit im Stich lässt, dürfte ihr Umfang beträchtlich sein und die Anstrengungen rechtfertigen, die in jüngerer Zeit verstärkt in der Forschung und zur Prävention und Therapie unternommen werden (Kendrick et al., 1982; Liebelt, 2000).

Theorien zur Entstehung von Aufführungsängsten

In der bisherigen Forschung lassen sich hauptsächlich drei Theoriestränge zur Entstehung pathologischer Aufführungsängste unterscheiden, die hier nur skizziert werden können.

1. Die klinisch-psychologische Forschungsrichtung ist personenzentriert. Sie geht von der Annahme aus, dass ein Individuum, das unter Aufführungsängsten leidet, generell jedes Auftreten in der Öffentlichkeit als Belastung erlebt und mit Angst reagiert. Als Ursache werden genetische Determinanten, körperliche Dispositionen, biographische Erfahrungen der Musiker und die Wechselwirkung dieser Faktoren angenommen.
2. Ein anderer Ansatz verfolgt die Bedeutung von Ausbildung und beruflicher Praxis für die Entstehung von Aufführungsängsten. Die Ausbildung beginnt überwiegend in der frühen Kindheit. Kinder machen hierbei die Erfahrung, dass Musik etwas ist, was sie früh von anderen unterscheidet. "Ich mache etwas Besonderes." Warum aus dieser Konstellation Aufführungsängste resultieren können, werden wir im kasuistischen Teil erörtern.
Außerdem scheint der erst Lehrer mitentscheidend dafür zu sein, wie stark sich der spätere Leistungsdruck als eine wichtige Quelle von Unsicherheit erweist. Auch die vorherrschende Lehrmethode, die eine auf Perfektion ausgerichtete Übetchnik vermittelt, kann als eine wichtige Ursache für Aufführungsängste angesehen werden. Wodurch später im Berufsalltag solche Ängste aufgelöst werden, wird ebenfalls aus einigen Kasuistiken deutlich werden.
3. Der interaktionelle Stressansatz von Lazarus und Launier (1978) ist geeignet, die beiden genannten Forschungstrends, hier personale dort arbeitsbezogene Faktoren, miteinander zu verbinden. Wenn Musiker den Begriff Stress verwenden, meinen sie damit nicht den Eustress, also die gesunde Form von Stress, den der Mensch zur Erhaltung seiner Leistungsfähigkeit braucht, sondern den Distress, der die psychoökologische Balance des Organismus überfordert. Dieser in der Regel durch die Arbeitsbedingungen erzeugte Stress wirkt sich im subjektiven Empfinden als Bedrohung der eigenen Sicherheit aus, auf die mit Angst reagiert wird. Ein Musiker, der zum Beispiel einen öffentlichen Auftritt als besonders schwierig und belastend erlebt, gerät zwangsläufig in einen Zustand der Hilflosigkeit und Zweifel. Ob er sie erfüllt oder dar-

an scheidet, lässt sich jedoch im Einzelfall kaum vorhersagen (Möller, Castringius, 2005), denn die Aufführungsangst ist das Ergebnis einer persönlichen Einschätzung von objektiver Belastung und subjektiver Reaktionsfähigkeit.

Es ist auffallend, dass neben den drei genannten Theorieansätzen einer in der Forschung bisher fast vollständig ausgeblendet wurde – der psychoanalytische. Es ist hier nicht der Ort, den Beitrag der Psychoanalyse zur Entstehung von Ängsten ausführlich zu diskutieren. Aber wenn wir davon ausgehen, dass bestimmte Lebens-, Ausbildungs- und Berufsabschnitte mit speziellen Anforderungen und subjektiven wie objektiven Leistungserwartungen verbunden sind (Ryan, 1998), können psychoanalytische Theorien und Erfahrungen das Verständnis dafür vertiefen, durch welche psychodynamischen Faktoren es unter den genannten Bedingungen zu einer entgleisten Aufführungsangst kommt.

Statt diese Zusammenhänge hier theoretisch zu erörtern, sollen im Interesse eines größeren Praxisbezugs im Folgenden einige Kasuistiken dargestellt und gedeutet werden. Zu diesem Zweck wurden aus hunderten von Gesprächsstunden in der von einem der Autoren (H. M.) geleiteten Musikersprechstunde am Kurt Singer Institut für Musikermedizin der UdK Berlin sechs wörtliche Mitschnitte ausgewählt, die sich chronologisch den verschiedenen Lebensabschnitten von der Kindheit bis zum fortgeschrittenen Berufsleben von Musikern zuordnen lassen. Ausschlaggebend für die Wahl dieses autobiographischen Materials ist der Versuch, Aussagen über schwellenspezifische Konflikte machen zu können, um daraus gezielte Maßnahmen zur Prävention und Therapie abzuleiten. Letztere werden wir im Schlussteil zusammenfassend kurz skizzieren, weil die genauere Beschreibung der einzelnen Maßnahmen eine gesonderte Darstellung erfordern würde.

Kasuistischer Teil

Fall 1: Frühe Kindheit (23-jähriger Pianist)

"Als ich fünf Jahre alt war, begann ich mit dem ersten Klavierunterricht. Mein Vater war ein mäßiger Geiger. Er ging häufig mit zur Lehrerin, kritisierte sie, verlangte von mir rasche Fortschritte. Schon vor der Schule musste ich eine Stunde üben. Als ich 9 Jahre alt war, entschied mein Vater, dass ich nicht weiter zur

Schule gehen, und dass ich meine Entwicklung vollkommen der pianistischen Laufbahn widmen sollte. Ich begann täglich 7-9 Stunden zu üben. Wenn ich ein Musikstück beherrschte, musste ich dies Vater 10 Mal vorspielen. Machte ich einen Fehler, so schlug er mich mit seinem Hosengürtel. Mein Vater wollte aus mir den besten Pianisten der Welt machen."

Kommentar:

Das Hauptsymptom dieses Musikers bestand in einer panikartigen Aufführungsangst. – Er wuchs auf unter der väterlichen Delegation, der beste Pianist der Welt zu werden. Bereits im Alter von 10 Jahren wurde er als Wunderkind herungereicht, für das es technisch kaum Probleme gab. Seine Kindheit endete – nach seiner Schilderung – im 5. Lebensjahr, in dem der Vater die musikalische Erziehung übernahm. Die Angst zu versagen begleitete ihn von früher Kindheit an. In der Welt, in der er lediglich von Erwachsenen umgeben war, wurde die Musik zum 'Reden mit sich selbst'. Mit 16 Jahren wurde er von den Eltern getrennt. Er kam nach Berlin, um hier seine Ausbildung zu vervollkommen.

Ausgelöst wurden die jetzt panikartigen Aufführungsängste im Jahr 2005, während eines Konzerts in seiner Heimatstadt, bei dem der Vater anwesend war.

Die Textpassage illustriert eine bei musikalisch begabten Kindern weit verbreitete, hier nur besonders tragisch zugespitzte, Erfahrung. Ihre Eltern delegieren an sie ihre eigenen nicht erfüllten Wünsche und Ziele und greifen zur Befriedigung ihres eigenen Narzissmus dabei nicht selten zu einer regelrechten Dressurerziehung. Wenn man der psychoanalytisch orientierten Bindungsforschung folgt, handelt es sich in diesen Fällen nicht um eine "sichere" Bindung, die das Kind vor Gefahren und Überforderungen schützt und ihm das notwendige Selbstvertrauen in die eigenen Fähigkeiten vermittelt, sondern um "unsichere" Bindungsmuster (Petri, 2007). Charakteristisch für sie ist eine Beziehung, die zwischen übermäßiger Liebe, mangelnder Einfühlung und emotionaler Distanz hin und her schwankt. Durch sie werden die Kinder in ihrem eigenen Narzissmus besonders stimuliert, aber gleichzeitig in ihrem Selbstgefühl verunsichert und entwertet. Speziell bei musikalisch oder in anderer Form begabten Kindern kommt es dadurch zu einer klaffenden Schere zwischen einem grandiosen Größen-Selbst und abgründigen Kleinheitsgefühlen. Dieser meist unbewusste Konflikt zwischen dem inneren Selbstbild eines "Wunderkindes" und eines "Versagers" kann in Situationen der Selbstdarstellung vehement aufbrechen. In ihnen explodiert die Alternative "Sieg oder Niederlage" in der Aufführungsangst,

denn beides ist auf unterschiedliche Weise verpönt. Die öffentliche und erfolgreiche exhibitionistische Selbstinszenierung ist bei Menschen – ob Kinder, Jugendliche oder Erwachsene – die ihren Narzissmus nicht in ein stabiles Selbst integrieren konnten, mit starken Schamgefühlen besetzt; umgekehrt drohen bei einer Niederlage unberechenbare Verurteilungen und Bestrafungen.

Aber damit ist die komplexe Struktur der Aufführungsangst noch nicht ausreichend beschrieben. Die Aussage dieses Musikers weist noch auf einen anderen Zusammenhang hin, und zwar auf den ödipalen Konflikt zwischen Vater und Sohn. Der Patient bezeichnet seinen Vater als *mäßigen Geiger*. Andererseits trat der erste panikartige Angstanfall ausgerechnet bei einem Konzert in seiner Heimatstadt in Anwesenheit seines Vaters auf. Warum sollte der inzwischen zu öffentlichen Auftritten befähigte Pianist eine derart starke Angst entwickeln, wenn er doch den Vater längst an Begabung und Erfolg überrundet hatte? Dieser Widerspruch ist erklärungsbedürftig. Aus tiefenpsychologischer Sicht liegt folgende Deutung nahe: Der Sohn identifiziert sich in der frühen Kindheit mit dem bewunderten Vater und beginnt, ihm durch eigenes Musizieren nachzueifern. Im fünften Lebensjahr, also auf dem Höhepunkt der ersten ödipalen Phase, übernimmt der Vater selbst die musikalische Erziehung des Sohnes. Da er sich auch als Musiker versteht, ist damit die heftige Konkurrenz und Rivalität zwischen beiden vorprogrammiert. Aber der Sohn ist noch zu schwach und abhängig, um sich gegen den übermächtigen und strengen Vater wehren zu können. Er verdrängt seine Wut und seinen Hass, indem er sich vollständig den väterlichen Erwartungen unterwirft. Im Rahmen dieser Verdrängungsarbeit wird der Vater als früh idealisiertes und später gehasstes Objekt verinnerlicht und als gespaltenes Vaterbild im Über-Ich verankert.

Beim Auftritt des Patienten in der Heimatstadt bricht ein unbewusster Konflikt auf. Jetzt ist der Augenblick gekommen, in dem der Sohn den Vater endgültig besiegen und über ihn triumphieren könnte. Aber sein Über-Ich, sein Gewissen, lässt diesen aggressiven Akt der Rache und den Vater zu beseitigen nicht zu. Der Angstanfall verhindert die Durchsetzung dieses aggressiven Impulses durch die Mobilisierung heftiger Schuldgefühle. Die Ich-Kräfte des Patienten reichen durch die frühe Traumatisierung seines Selbstwertgefühls nicht aus, um die Macht des Über-Ich zu brechen.

Diese unbewusst ablaufende Dynamik hat insofern tragische Folgen, als sich der Musiker

fortan in der Opferrolle sieht. Die einzige Möglichkeit, sich zu wehren, ist die Entwertung des Vaters als "mäßiger Geiger" und seine Dämonisierung als brutaler Erzieher. Damit kann er alle Schuld an seinen Aufführungsängsten auf ihn projizieren.

Wichtigstes Ziel einer psychotherapeutischen Behandlung ist es daher, solche Patienten aus ihrer Opferrolle zu befreien, indem man ihre unbewusste Mittäterschaft aufdeckt und die dadurch bewusst gemachten Triebenergien und Affekte in ein handlungsfähiges Ich zu überführen.

Die Deutung dieser Fallgeschichte ist aus zwei Gründen etwas ausführlicher geraten. Erstens wiederholen sich die dargestellten Konflikte in abgewandelter Form in den folgenden Fallschilderungen. Zweitens wird in ihnen die verbreitete Neigung von Patienten, und nicht nur von Musikern, deutlich, sich als Opfer ihrer Geschichte oder ihrer aktuellen Lebens- und Arbeitsbedingungen zu betrachten, statt sich auf ihre Eigenanteile und die Mitbeteiligung an den entstandenen Konflikten zu besinnen. Dauerhafte Verbesserungen der seelischen Verfassung oder im Umgang mit den äußeren Verhältnissen lassen sich jedoch nur durch Veränderungen des eigenen Verhaltens erreichen.

Dieser zweite Grund ist auch deshalb wichtig, weil man als Therapeut, Pädagoge oder in anderer helfender Funktion immer in der Gefahr ist, sich mit dem Leiden des Patienten, hier des Musikers, zu identifizieren und ihn dadurch in der Opferrolle zu bestätigen und zu fixieren. Auf diese Weise verhindert man jedoch unfreiwillig seine Eigeninitiative bei der Ausschöpfung seiner fachlichen Ressourcen und psychischen Selbstheilungskräfte. Das bedeutet nicht, die Bedingungen musikalischer Sozialisation nicht kritisch zu hinterfragen und nach Wegen konstruktiver Neugestaltung zu suchen.

Fall 2: Pubertät (25-jähriger Cellist)

"Mit 5 Jahren begann ich mit dem Cello. Ich machte rasche Fortschritte. Als Kind war für mich die Welt bis dahin einfach. Mit 15 stellte ich alles in Frage. Vom Vater fühlte ich mich ständig beobachtet und bewertet, vom Lehrer kontrolliert und bevormundet. Alle wollten mich in eine Form pressen. Zu meinen Klassenkameraden hatte ich kaum Kontakt. Beim Sport wurde ich als letzter gewählt; ich war geistig auf einem anderen Stern. Ich hatte das Gefühl von niemandem verstanden zu werden. Wut, Angst, Enttäuschung, Aggression folgten in

schnellem Wechsel. Ich fühlte mich verstoßen, ich fühlte mich anders als andere. In dieser Zeit fühlte ich mich am Instrument am sichersten. Das Cello hielt meine Gefühlswelt aufrecht. Jetzt, Jahre später, erlebe ich meine Einsamkeit – wie kann ich flirten, wie eine Freundin gewinnen? Meine Angst auf der Bühne ist schwer zu kontrollieren, bisher konnte ich mich nur zu einem Probespiel entschließen."

Kommentar:

In der Pubertät dreht sich alles um den musikalischen Jugendlichen (Sklaire, 1997). Viele, die vor der Pubertät mit großem Engagement ihrer musikalischen Begabung nachgegangen sind, haben später dann die Beziehung zur Musik aufgegeben. Hassler (1998) schreibt in ihrem Buch "Musikalische Begabung in der Pubertät": "Die Pubertät scheint für die musikalische Begabung eine kritische Entwicklungsphase zu sein. Viele junge Instrumentalisten erleben in dieser Zeit eine Stagnation, die sie nicht überwinden können." Sie betont ausdrücklich, sich auf die in der Pubertätszeit stattfindenden Veränderungen einzustellen und jungen Musikern in dieser Phase umfassende Hilfe zuteil werden zu lassen.

In einer eigenen Untersuchung (Möller, unveröffentlicht) an 62 Berliner Schülern mit dem Schwerpunkt Musik und Schülern ohne diesen Schwerpunkt zeigten sich folgende Ergebnisse: Musikschüler waren ehrgeiziger im Erreichen von Zielen. Sie klagten darüber, häufig nicht verstanden zu werden, wodurch sie sich von der Peergroup isoliert erlebten und Aktivitäten wie Sport, Tanzen, Partys mieden. Bei der Frage, wo sie ihre persönlichen Schwächen sehen, gaben sie an, sich rasch beeinflussen zu lassen, nur schwer faul sein zu können, leicht kränkbar und häufig sehr einsam zu sein.

Diese Ergebnisse decken sich mit den Erfahrungen aus der Musiker-Sprechstunde. Die langen Überzeiten und deren Folgen, wie eingeschränkte soziale Kontakte werden immer wieder als entwicklungsbeschränkende Faktoren beschrieben. Später erscheinen diese Folgen häufig in Form von Unsicherheit und Ängsten, der Scheu auf Menschen zuzugehen und Kontakte zu knüpfen. Der Zugang zur eigenen Gefühlswelt ist versperrt. Viele Musiker haben mit Bitterkeit über ihre Kindheit und Pubertät berichtet, z.B.: "Das Instrument war mein einziger Zufluchtsort; die Musik war in dieser Zeit die Kommunikation mit mir selbst."

Probleme und Schwierigkeiten in der Kindheit und Pubertät müssen nicht in unmittelbarem Zusammenhang stehen, aber Musiker definie-

ren sich weitgehend über ihren Beruf und sind in besonderer Weise auf psychomenteales Wohlbefinden angewiesen. Verunsichernde Gefühle – wie immer sie entstanden sein mögen – führen häufig zu Leistungseinbußen und in der Folge zu Ängsten (Gratto, 1998).

Bezogen auf den vorliegenden Fall des Cellisten sind aus tiefenpsychologischer Sicht folgende Ergänzungen angebracht. Die Beschreibung seiner Pubertätszeit ist typisch für die "Identitätskrise" (Erikson, 1966) der meisten Jugendlichen in dieser Lebensphase tiefgreifender Veränderungen des Körperschemas, der aufbrechenden Sexualität und des Anpassungsdrucks an das gesellschaftliche Wertesystem. Literarisch ist diese Zeit des Umbruchs und der Orientierungslosigkeit mit ihren Irrungen und Verwirrungen eindrucksvoll von Robert Musil (1906) am Beispiel einiger Internationalschüler auf dem Weg der Identitäts- und Berufsfindung beschrieben worden.

Für unseren Cellisten wird in dieser Krise sein Instrument zum alleinigen Zufluchtsort all seiner Sehnsüchte nach Bindung und Sicherheit. Er konzentriert alle seine libidinösen Energien, die er von der sonstigen Umwelt abgezogen hat, auf sein Cello und sublimiert auf diese Weise seine Triebbedürfnisse nach Sexualität, aggressiver Auseinandersetzung und sozialer Verbundenheit. Im Sartre'schen Sinne hat er damit seine Wahl getroffen, die seine Freiheit begründet. Aber statt diese anzunehmen, die Gratifikationen seiner durch die Begabung erreichten Erfolge zu genießen, katapultiert er sich – wie der 23-jährige Pianist – in die Opferrolle. Der Vater, der Lehrer und die Klassenkameraden sind schuld an seinem Schicksal. Oft entwickeln sich aus dieser projektiven Abwehr masochistische Züge, die das Leiden mit einem heimlichen Lustgewinn verbinden. Hier liegt die Aufführungsangst in der verlockenden Gefahr selbstdestruktiver Tendenzen, die das mögliche Scheitern geradezu herausfordern.

Fall 3: Studien- und Ausbildungszeit (28-jährige Klarinetistin)

"In meiner Schulzeit war ich immer eine gute und selbstbewusste Schülerin und während der gesamten Schulzeit Klassensprecherin. Mit Beginn des Studiums begannen meine Zweifel, meine Unsicherheit und meine Angst, den Ansprüchen meines Lehrers nicht genügend zu können. Ich habe im ersten Jahr 10 kg zugenommen; manchmal habe ich aus Angst nur noch gefressen. Mein Lehrer galt als hervorragender Klarinetist. Die Übungsstunden waren durch Rituale geprägt. Man durfte in das Zimmer nur eintreten, wenn die Tür geöffnet war.

Verabredungen gab es nur über das Telefon. Die Stunde gliederte sich in 20 Minuten einspielen, 20 Minuten Etüden und 20 Minuten Literatur. Mein Lehrer hatte das Interpretationsmonopol. Ich sollte nur abnicken, durfte keinen eigenen Willen haben, keine eigenen Interpretationen liefern. Auf seine Forderungen reagierte ich manchmal mit Trotz. Ich zeigte ihm, dass ich sauer war, aber das kam nicht gut bei ihm an. Er reagierte gekränkt: "Lernen Sie über das Wochenende doch Fagott, da bekommen Sie vielleicht eine Stelle oder werden Sie doch Fensterputzer, da können Sie wenig falsch machen." Wenn es ganz schlimm wurde, rief er "spielen Sie doch einfach C, das kann doch nicht so schwer sein". Die meisten Schüler verblieben auch nach ihrem Studium in der Anhimmlungsposition. Im dritten Studienjahr wollte ich einen Kurs bei einer bekannten Klarinetistin besuchen. Ich musste meinen Lehrer um Erlaubnis bitten. Nur selten stimmte er einem solchen Wunsch zu. In diesem Kurs bei der Klarinetistin habe ich zum ersten Mal erfahren, was Unterstützung bedeuten kann. Ich fühlte mich plötzlich frei und unbeschwert."

Kommentar:

Der Sprung von der Schule in die professionelle Ausbildung bzw. in die Hochschule ist für alle Musiker schwierig. Das Ritual der Aufnahmeprüfung wirkt schon oftmals Jahre vorher seine Schatten durch verstärkte Überanstrengungen voraus. Häufig ist es der Wunsch, von einem bekannten, berühmten Musiker unterrichtet zu werden. Mantel (2003) beschäftigt sich mit der Bedeutung des Lehrers und seiner weichenstellenden Funktion in Bezug auf das Selbstbewusstsein und das Lampenfieber.

Aus den biographischen Schilderungen der Klarinetistin geht hervor, wie die Studentin den Ritualen des Lehrers folgen und sich unterwerfen musste. Drängend und schmerzlich werden die Erfahrungen im Unterricht beschrieben. Autoren wie Kohut betonen immer wieder die reparative Funktion des Musizierens, indem sie frühe schwierige Objektbeziehungen oder körperliche Behinderungen oder Zerreißen in der Pubertät (Klausmeier 1973, Kohut, 1976) bewältigen helfen.

Dieser Glücksumstand der Heilung oder Stabilisierung durch die Kreativität wird jedoch, wie im vorliegenden Fall, durch Lehrer konterkariert, die an starren und disziplinierenden Unterrichtsformen festhalten und unfähig sind, sich auf die Motive, Eigenheiten und Vorlieben ihrer Schüler empathisch einzustellen und sie durch flexible Anleitungen zu ermutigen und zu fördern. Ein autoritärer Unterrichtsstil kann das Vertrauen in die eigenen Fähigkeiten nur un-

tergraben und dadurch zur Angstdisposition erheblich beitragen.

Oftmals wird beschrieben, dass der Student zwar genau weiß, was der Lehrer will, aber selbst nichts ausreichend über seine eigene Identität weiß bzw. Antworten auf Fragen wie "was kann ich, was will ich, was bin ich" nicht kennt. So können autoritäre Meister-Schüler-Beziehungen eingreifen in die Persönlichkeit und das Selbstwertsystem und damit tausende Überstunden zunichte machen (Möller, 1999). Helene Deutsche hat hierfür den Begriff "Als-ob-Persönlichkeit" geprägt.

So Zutreffendes der bisherige Kommentar beschreiben mag, so groß ist die Gefahr, mit ihm dem Stereotyp des "schlechten Lehrers" zu erliegen. Deswegen bleibt uns, auf die Einzelsituation bezogen, ein genauere Blick auf die Psychodynamik der Klarinetistin nicht erspart. Denn die Frage drängt sich doch auf: Warum hat sie einen solchen verqueren, sie beleidigenden Lehrer nicht bereits nach den ersten Wochen verlassen?

Der Lehrer galt als "hervorragender Klarinetistin", dem gegenüber "die meisten Schüler auch nach dem Studium noch in der Anhimmlungsposition" blieben. Nach dieser Charakterisierung kann man davon ausgehen, dass die Musikerin ihn selbst lange Zeit "angehimmelt" hat. Anhimmeln geht über eine einfache Idealisierung hinaus, die Wortwahl drückt eindeutig einen Zustand der Verliebtheit aus.

Lehrer sind im Unbewussten immer auch gleichzeitig Vaterrepräsentanten, auf die der Schüler – ebenfalls meistens unbewusst – Erfahrungen mit dem eigenen Vater mit all ihren erfüllten und unerfüllten Wünschen und Sehnsüchten überträgt. Töchter durchlaufen in der Beziehung zum Vater in der ersten ödipalen Phase (4. – 5. Lebensjahr) und nochmals in der zweiten (12. – 16. Lebensjahr) in aller Regel ein Stadium der Verliebtheit, in dem der Vater zu ihrem ersten sexuell begehrten Liebesobjekt wird. In der Verliebtheit der Klarinetisten in ihren "angehimmelten" Lehrer spielte nach psychoanalytischer Erfahrung eine heftige Vaterübertragung mit aller Wahrscheinlichkeit eine erhebliche Rolle. (Ob der Lehrer nur deshalb zu seiner Schülerin besonders reglementierend und unausstehlich war, weil er seinerseits seine Verliebtheit in sie abwehren musste, bleibt eine Vermutung.) In jedem Fall dürfte sie aus der Tatsache, von dem "hervorragenden Klarinetisten" als Meisterschülerin angenommen worden zu sein, ein hohes Maß an Anerkennung und Bestätigung gezogen haben, das bei ihr vielleicht mit der Phantasie verbunden war, seine "Lieblingsschülerin", d.h. in der Übertragung seine "Lieblingstochter" zu sein. Wenn diese Vermutung zutrifft, konnte

sie in der ablehnenden Haltung des Lehrers nur den Beweis seiner Liebe sehen oder sie musste alles tun, um diese Liebe zu gewinnen. Nur so lässt sich verstehen, warum sie es so lange bei ihm aushielt. Die Fixierung an ihn weist darauf hin, dass sie sich von ihrem leiblichen Vater noch nicht abgelöst hatte und sich ihr Konflikt zwischen Abhängigkeit und Autonomie in der Übertragung auf den Lehrer wiederholte.

Auch in dieser Fallgeschichte ist die Klarinetistin nicht nur Opfer eines schwierigen Lehrers, sondern sie hat, wenn auch unbewusst, den Vater-Tochter-Konflikt "mitgespielt". Der Fokus einer Psychotherapie läge also darin, die Ablösungsproblematik vom eigenen Vater zu bearbeiten, um die kränkende und zur Angst disponierende Erfahrung mit dem Lehrer zu überwinden.

Fall 4: Bewerbung und Probezeit (27-jährige Geigerin)

"Ich war zusammen mit 16 anderen Musikern in einem engen Raum. Jeder von uns versuchte, sich auf das vor ihm liegende Probespiel vorzubereiten. Schon die Situation im Raum war bedrängend. Ich versuchte, mich auf mich und mein Instrument zu konzentrieren, das gelang nicht. Und dann das Vorspiel. Die atemlose Stille. Mir saßen nur "Feinde" gegenüber, die sich gierig auf meine Fehler stürzen würden, um mich nach fünf Minuten hinaus zu katapultieren. Nach wenigen Minuten wurde ich aufgefordert: "Spielen Sie den Anfang von" – 20 Jahre hatte ich auf diese wenigen Minuten hin gearbeitet, und ich wusste, sie würden über mich entscheiden wie über 62 andere Musiker, die sich für das Probespiel beworben hatten. Nach qualvollen sechs Stunden kam die Nachricht, dass ich es geschafft hatte. Aber dann folgte die noch schlimmere Probezeit von 1 ½ Jahren. Ich hatte immer das Gefühl, dass jeder Schritt, jede Äußerung, jeder Ton wahrgenommen und von meinen Kollegen beurteilt würde. Während meines Ausbildungsweges hatte ich ein wenig Sicherheit im Umgang mit anderen Menschen gewonnen; jetzt war ich ständig umringt von unterschiedlichen Menschen, die mich alle beobachteten, so dass sich mein Selbstwertgefühl immer mehr in eine diffuse Angst verwandelte. Als ich nach ½ Jahr bemerkte, dass ich gelegentlich die Kontrolle über meinen Bogen verlor, und dass sich ein Zittern stellte, griff ich zu Betablockern. Eine tiefe Scham überkam mich, dass mein Spielen nur noch mit Tabletten möglich war. Die Probezeit wurde noch einmal um ¼ Jahr verlängert. Bei jedem Ganz zum Podium dachte ich, "ich werfe alles hin, aber

ich habe doch nichts anderes gelernt" – Dann die Entscheidung: "Sie haben die Probezeit bestanden!"

Kommentar:

Es ist eine alte Erkenntnis, dass Musizieren nicht nur eine narzisstische Gratifikation gewährt, sondern eine extreme Herausforderung an die komplexen Ich-Funktionen darstellt. In den vorliegenden Beispielen beschreibt die Musikerin die Auswirkungen von Beobachtung, Kontrolle, Bewertung von Fehlern durch die Kollegen. Sie stellt fest, wie ihr Selbstwertgefühl einbricht, wie sie immer mehr damit beschäftigt ist, herauszufinden, wie andere über sie denken. Ihre Fähigkeiten auf eigene Bedürfnisse und Gefühle steuernd Einfluss zu nehmen, werden zunehmend weniger. Ein Gemisch aus Wut und Angst bedingen eine körperliche Reaktion des Zitterns, ein Symptom, das zu den erniedrigsten Erfahrungen bei Musikern zählt. Sie beschreibt, wie sie kam noch in der Lage ist, die Bindung zur Gruppe herzustellen. Dieses Phänomen der "ängstlichen Bindung" spiegelt sich immer wieder in den Sätzen von Musikern wider: "Wir spielen nicht für das Publikum, sondern wir spielen für uns; wir fürchten nicht das Publikum, wir fürchten uns vor den Kollegen."

Fazit ist, dass Musiker, die keine nachhaltigen Entwicklungsstörungen durchlaufen haben, auf traumatisierende Belastungen im Berufsalltag mit Störungen reagieren, die zunächst als Symptome der Angst wahrgenommen, später dann in den Körper verschoben werden (Listen et al., 2003).

Ein Verlauf, der keinen Einzelfall darstellt, uns aber Hinweise gibt, wie die Kultur der Probeispiele und auch das Spiel im Orchester verändert werden könnten, um die Paradoxie von Glück und Absturz in der Musik aufzulösen.

Fall 5: Die frühen Jahre im Orchester (32-jährige Bratscherin)

"Ich war damals die einzige Frau in der Gruppe des Orchesters. Häufig kamen die Kollegen zu mir und sagten "Du bist die richtige Frau am richtigen Ort". Oder: "Du bringst mit Deiner Weiblichkeit einen Farbtupfer in unsere Männergruppe; wir freuen uns." Dann, ein Jahr später, begannen sich plötzlich Kleinigkeiten im Orchester bemerkbar zu machen, die mich irritierten. Ich konnte mir nicht erklären, warum zwei Kollegen, die mich bisher immer unterstützt hatten, mich in den Pausen mieden oder sich nicht mehr mit mir an ein Pult setzten. Ein anderer Kollege verhielt sich deutlich abweisend, indem er mir gelegentlich mitteilte: "Du

hältst Deinen Bogen so komisch. Es ärgert mich, dass Du nicht schneller auf die Bühne gehst, Du bist so langsam." Als ich eines Tages einem Kollegen neben mir mit dem Finger an sein Instrument tippte, um ihn darauf aufmerksam zu machen, dass der Dirigent schon abgewunken hatte, reagierte er zunächst mit Ärger. Später kam es zu Wutausbrüchen mir gegenüber bei Kleinigkeiten. Eines Tages hörte ich dann vom ersten Pult, wie ein Kollege sagte, "wir hätten keine Frau in das Orchester aufnehmen sollen". – Ich bin verunsichert, weiß nicht, wie ich mich den Kollegen gegenüber verhalten soll. Was immer ich tue, ist falsch. Erstmals habe ich Schlafstörungen und Angstzustände. Und wenn ich an die Proben und an die Orchesterarbeit denke, fühle ich mich manchmal total verwirrt."

Kommentar:

Das Orchester ist eine Welt, in der Menschen ihr Hobby zum Beruf gemacht haben, ein Ort der Idylle, der Entspannung, des Bewundertwerdens? Ein Platz, an dem Frauen willkommen, Farbtupfer männlicher Wünsche sind?

Der Arbeitsplatz Orchester ist heute hart umkämpft und die gruppenspezifischen Konflikte bzw. Zuschreibungen zwischen Streichern, Holz- und Blechbläsern sind sprichwörtlich bekannt. Dieser Konflikt soll hier nicht näher auf seine Dynamik untersucht werden, sondern es soll aufmerksam gemacht werden auf den Umgang des Nicht-miteinander-Sprechens. Die Kommunikation mit dem Instrument und über die Musik ist häufig beglückend. Die Sprachlosigkeit zwischen Musikern über Perfektion, Versagen und Konkurrenz ist dagegen kein öffentliches Thema, vielmehr eine untergründig entseelte Rivalitätskultur (Richter, 1992). Stern (1998) erklärt die Umgangsweisen zwischen Musikern mit früh gefördertem Individualismus und ihrer Sozialisation, zu wenig Zeit und Möglichkeiten für Auseinandersetzungen gehabt zu haben. Die Bedürfnisse zu der großen Familie zu gehören, sind ebenso ausgeprägt wie die nach Harmonie. Arbeitet man mit Musikern in Kleingruppen unter beschützenden Bedingungen, so erfährt man mehr über die Angst, nicht dazu zu gehören. Dies ist sicherlich nur ein Aspekt der komplizierten und oftmals äußerst konfliktreichen Orchester-Dynamik.

Ein anderer, bereits angesprochener und tiefenpsychologisch bedeutsamer Aspekt betrifft die Konkurrenz. Hier müssen zwei Formen unterschieden werden. Die erste lässt sich im Sinne der lateinischen Übersetzung (concurrere = zusammenlaufen, friedlich miteinander wettstreiten) als konstruktive Konkurrenz bezeichnen, durch die sich Menschen, ob Ge-

schwister, Freunde oder andere Gruppierungen, wechselseitig anspornen und fördern. Die zweite Form stellt die destruktive Konkurrenz dar, in der es darum geht, den anderen auszustechen und zu besiegen (Petri, 2005, 2006). In der Regel – und davon spricht die Bratscherin – geht es beim Gebrauch des Begriffes Konkurrenz um ihre destruktive Seite.

Das bedeutet nicht, dass es keine Orchester oder Chöre gibt, die nicht in der Lage sind, für alle Mitglieder ein Gefühl von "Familie" zu schaffen, in der die "Geschwister" friedlich miteinander wetteifern. Aber leider sind in vielen Orchestern die destruktiven Elemente der Konkurrenz unübersehbar. Triebdynamisch geht es dabei um mehr oder weniger offen ausgetragene Aggressionen, die die Kooperation und Zufriedenheit der Gemeinschaft außerordentlich belasten können.

Die Bratscherin betont in ihrem Bericht einen speziellen Aspekt solcher aggressiven Auseinandersetzungen und berührt damit ein besonderes Tabuthema im Musikbetrieb: die Konkurrenz zwischen Männern und Frauen. Damit leistet sie aus eigener Betroffenheit und sicher unabsichtlich einen anschaulichen Beitrag zur Geschlechterdebatte.

Da Männer bekanntlich über ein höheres Aggressionspotential als Frauen verfügen und dieses im Konfliktfall auch rücksichtsloser einsetzen, vermittelt uns die Bratscherin ein Problem, das die Mehrheit der Orchesterfrauen betreffen dürfte. Statt sich nach außen zur Wehr zu setzen, verarbeiten Frauen den aggressiven Konflikt im Allgemeinen mehr durch Verlagerung nach innen. Die unterdrückte aggressive Spannung setzt sich dann, wie die Musikerin anschaulich schildert, in technischen Schwierigkeiten beim Spielen, in Verunsicherung und Ängsten und in psychischen und psychosomatischen Beschwerden durch. Daraus lässt sich eine unseres Wissens bisher nicht untersuchte Hypothese ableiten, nach der Musikerinnen, ob im Orchester oder als Solistinnen, wegen der unterschiedlichen Triebverarbeitung prozentual häufiger und individuell öfter und intensiver unter Aufführungssängsten leiden als Musiker. Rein theoretisch müsste sich die Hypothese bestätigen lassen, weshalb entsprechende Untersuchungen dringend notwendig wären.

In jedem Fall sollte eine gelungene Orchesterkultur entschieden für die kooperative Gleichberechtigung und Gleichwertigkeit beider Geschlechter eintreten und ein Mobbing, wie es die Bratschistin erlebt hat, zu einem absoluten Tabu erheben.

Fall 6: Späte Jahre im Orchester (56-jähriger Hornist)

"In meinem Orchester war ich 31 Jahre Leistungsträger und Solohornist. Im letzten Jahr wurden die Stellen zusammengestrichen. Vor einem Jahr erhielten wir einen jungen neuen Chefdirigenten, der extrem ehrgeizig ist. Bei einem Konzert im gleichen Jahr habe ich eine Oktave nicht geschafft. Danach gab es ein Gespräch zwischen mir und dem Dirigenten: "Wir werden uns als Menschen doch nicht belügen; Sie sind nicht mehr so leistungsfähig, aber ich erwarte von Ihnen ausgezeichnete Leistungen und große Sicherheit." Ein halbes Jahr später bestand der Dirigent auf einem erneuten Gespräch und teilte mir mit: "Ich kann keine Rücksicht mehr auf Sie nehmen, wenn Sie in Ihrem Alter nicht mehr die Leistung erbringen." Wenige Tage danach teilte mir die Sekretärin mit, dass er darauf bestanden habe, den Vertrag zu ändern, nämlich mich von der Solostelle auf das vierte Horn zurückzusetzen. Von diesem Augenblick an brach für mich die Welt zusammen. Angst und Panik machten sich breit."

Kommentar:

Wer einmal in ein Orchester eintritt, bleibt mit diesem Klangkörper verbunden. Seine Aufstiegschancen sind gering, das heißt, er wird den größten Teil seines beruflichen Lebens auf der gleichen Position verbringen (Porsch, 2008). Die Zahl der Orchestermusiker, die in einer Krise nach neuen Möglichkeiten suchen, ist gering. Die Gründe hierfür liegen in der strapaziösen Ausbildung, den Probespielen und der langen Suche nach einem gesicherten Arbeitsplatz. Für ältere Musiker sind die Wege noch begrenzter. Stern (1998) schreibt in seinem Buch "Saitensprünge": "Dirigenten sehen in der Regel am liebsten junge Gesichter. Alt und reif sollten nur sie selbst werden. Älter gewordene Orchestermusiker gelten als verbraucht und hemmen angeblich die musikalische Entwicklung des Orchesters (im Sinne des Dirigenten). Darüber hinaus sind sie auch kritisch eingestellt, manchmal sogar renitent." Unterschiedliche Generationen, das Thema ältere und jüngere Musiker, sind äußerst konfliktreiche Themen in einem Orchester. In keinem anderen Beruf sind Spieltechnik, Hören, Sehen und rasches Reaktionsvermögen so stark vom Alter abhängig wie bei Musikern. Entsprechend spannungsvoll ist die Frage nach dem Umgang untereinander (Brandfornbrenner, 1999). Die Befürchtung, den Leistungen nicht mehr gerecht zu werden, ruft Ängste hervor, die dann die Leistung zusätzlich negativ beeinflussen. Ältere Musiker benutzen dann häufig körperliche Probleme oder

sie schützen sie vor, die ihnen am ehesten erlauben, in eine weniger verantwortliche Position im Orchester zurückzutreten.

Aber auch bei diesem Generationenkonflikt geht es nicht nur um äußere Fragen nachlassender musikalischer Qualifikation. Aus tiefenpsychologischer Sicht spielt auch hierbei das Thema ödipaler Konkurrenz eine wichtige Rolle, wie in dem Zitat von Stern über die "kritische" und "renitente" Einstellung älterer Musiker angedeutet wird. Es ist das archaische Gesetz, wonach Väter ihre Kinder nur solange fördern, wie sie ihnen nicht zur Gefahr werden, indem sie ihre Überlegenheit und ihren Machtanspruch bedrohen und wonach die Kinder, sobald sie dazu in der Lage sind, ihre Väter entthronen, um in ihre Fußstapfen zu treten und ihre Macht zu übernehmen.

Das Schicksal des Hornisten beleuchtet diesen Konflikt sehr gut. Die aus der destruktiven Konkurrenz geborene Angst ist immer im Spiel, die Angst der Väter vor den Söhnen und die Angst der Söhne vor den äußeren und verinnerlichten Vätern. Diese Konflikte auszuhalten und im Interesse eines harmonischen Zusammenspiels nach Möglichkeit zu schlichten, wäre die Aufgabe des Über-Vaters – des Dirigenten.

Das folgende Zitat ist sicher nicht repräsentativ, aber es betont die Rolle der Angst im Leben von Musikern aus der Sicht einer alt gewordenen Musikerin noch einmal in berührender Weise. Als Christa Ludwig an ihrem 80. Geburtstag gefragt wurde, ob sie noch einmal Sängerin werden würde, war die Antwort: "Nein" Nicht wegen der Opfer, die man zu bringen hat, wegen der Nerven. Ich hatte nicht Angst, ich war die personifizierte Angst" (Tagesspiegel vom 16. 03. 2008). Ein Kronzeugenzitat für die oben aufgestellte Hypothese?

Diskussion

Die Beispiele aus der Sozialisation von Musikern machen deutlich, dass Aufführungsängste in ihrer pathologischen Ausprägung nicht monokausal erklärbar sind, sondern eine komplexe seelische Reaktion darstellen, an deren Entstehung ein Bündel aus intrapsychischen, interpersonellen, psychosozialen und institutionell-gesellschaftlichen Einflussfaktoren beteiligt sind. Welche dieser Faktoren bei einem Musiker den Ausschlag geben bzw. welche Wechselwirkungen besonders zu berücksichtigen sind, lässt sich nur durch eine umfassende medizinisch-physiologische und tiefenpsychologisch orientierte Diagnostik im Einzelfall ab-

klären. Dazu sind breite Kenntnisse über die Berufsentwicklung von Musikern, die Besonderheit ihrer Instrumente und ihre Praxisfelder notwendig.

Wie die Falldarstellungen desweiteren gezeigt haben, stellen Aufführungsängste die seelischen Symptome eines oder mehrerer, bewusster oder häufig unbewusster Konflikte dar. Diese zeigen drei Gemeinsamkeiten: Sie werden durch unbewältigte Belastungen hervorgerufen; sie werden tief im Gedächtnis gespeichert und sie führen zu Veränderungen des Denkens, Fühlens und Handelns.

Zu den häufigsten Konflikten zählen:

- Die frühe Überforderung in der Persönlichkeitsentwicklung mit der Folge eines mangelhaften Vertrauens in die eigenen Fähigkeiten
- Die Entwicklung eines eingeschränkten Repertoires an sozialen Verhaltensweisen als Folge einer spezifischen Sozialisation während der Pubertät.
- Eine hohe Belastung in der Ausbildungsphase, geprägt durch extreme Abhängigkeit und Leistungskontrollen, bei gleichzeitig unsicheren beruflichen Chancen.
- Der als chronisch zu bezeichnende Konflikt zwischen Wunsch und Realität hinsichtlich musischer Perfektion

Da Aufführungsängste für Musiker nicht nur eine quälende Symptomatik darstellen, sondern ihre psychische Gesundheit und berufliche Leistungsfähigkeit ernsthaft bedrohen, hat die Musikermedizin in Zusammenarbeit mit der Musikpädagogik im letzten Jahrzehnt zahlreiche präventive und therapeutische Maßnahmen entwickelt, deren weiterer Ausbau dringend notwendig ist.

Besonders bei der Prävention fällt Musikpädagogen eine entscheidende Rolle zu, weil sie die Weichen für die weitere Berufsplanung ihrer Schüler stellen. Ihre große Verantwortung beim Unterrichten, bei der Beratung der Eltern, bei der Vertiefung ihrer Kenntnisse der Entwicklungspsychologie und der Physiologie des Musizierens und bei der Bearbeitung eigener Schwierigkeiten mit Schülern im Rahmen z.B. einer Balint-Gruppenarbeit oder einer Supervision ist ausreichend bekannt und braucht an dieser Stelle nicht vertieft zu werden.

Auf einen Umstand ist in diesem Zusammenhang jedoch noch hinzuweisen. Wie wir wissen, und wie die Fallschilderungen eindrücklich

belegen konnten, sind Kinder, Jugendliche und junge Erwachsene in der Musikausbildung durch ihre Lehrer extrem beeinflussbar. Dabei darf nie vergessen werden, dass mit der musikalischen Begabung fast immer auch ein überdurchschnittliches Maß an Sensibilität und Empfindsamkeit verbunden ist, das junge Menschen in ihrer Belastbarkeit und Konflikttoleranz auf harte Proben stellt. Für einen Berufsmusiker sind daher Begabung und Fleiß nur die beglückenden Beigaben seiner Entwicklung. Wichtiger sind ein gesundes Selbstvertrauen, eine stabile Ich-Stärke und ausgeprägte soziale Kompetenzen, um den beruflichen Anforderungen auf Dauer gewachsen zu sein. Jeder, der heute, im Zeitalter der Globalisierung, den Beruf eines Musikers ergreift und darin bestehen muss, weiß oder sollte mit voller Klarheit wissen, welche Härten auf ihn zukommen. Bei ihm allein liegt die Verantwortung für seine Entscheidung. Deshalb besteht die wichtigste präventive Aufgabe für Eltern und Musikpädagogen darin, ihre Kinder/Schüler zu einer Selbstverantwortungsfähigkeit und Selbstständigkeit zu erziehen, die sie gegen jede Selbstüberschätzung, jedes Selbstmitleid, jede zu starke Abhängigkeit und bei auftretenden Problemen gegen jede Schuldzuweisung anderen gegenüber immunisiert.

Das Spektrum der therapeutischen Interventionen ist heute breit gefächert. Es umfasst als wesentliche Elemente weitmaschige Gesprächsangebote mit haltender und stützender Funktion, gezielte Beratungen (z.B. Lehrer- oder Berufswechsel), Kriseninterventionen, tiefenpsychologische Kurz- oder Langzeittherapien, Gruppentherapie und Verhaltenstherapie, deren Indikationen jeweils vom Einzelfall bestimmt werden.

Im institutionellen Rahmen sind zahlreiche Verbesserungen möglich und wünschenswert, die dem Musikschüler, -studenten oder Berufsmusiker unnötige Belastungen ersparen. Stichwortartig seien hier nur genannt: In-vivo-Auftrittstraining, Üben von Probespielen, klare Richtlinien der Probezeit, Orientierung der Ausbildungszahlen am Bedarf (Verbleibuntersuchung), Einrichtung eines Konfliktmanagements, Unterstützung des Orchestervorstandes, Schaffung eines Ältestenrats für Orchester u. a.).

Durch die weitgehende Realisierung der skizzierten präventiven, therapeutischen und institutionellen Bedingungen ließen sich Aufführungsängste und die sie begründenden Konflikte erheblich eingrenzen und damit eine Spielkultur erreichen, die die eigentliche Aufgabe der Musik optimal erfüllt – Freude und

Glück zu schaffen, für die Musiker ebenso wie für ihre Zuhörer.

Literatur

- Brodzky, W. (1996). Music performance anxiety reconceptualized: A critique of current research practices and findings. *Medical Problems of Performing Artists*, 11, 3, 88-98.
- Brandfonbrenner, A. (1999). Aging and Performing Artists. *Medical Problems of Performing Artists*, 14, 53-54.
- Erikson, E. H. (1966): Identität und Lebenszyklus. Frankfurt/M., Suhrkamp
- Gratto, S. D. (1998). The effectiveness of an audition anxiety workshop in reducing stress. *Medical Problems of Performing Artists*, 13 (1), 29-34.
- Hassler, M. (1998). Musikalische Begabung in der Pubertät. Augsburg: Wißner Verlag, S. 15.
- Kendrick, M., J., Craig, K. D., Lawson, D. W. & Davidson, P. O. (1982). Cognitive and behavioural therapy for musical performance anxiety. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 50, 262-353
- Klausmeier, F. (1978). Die Lust, sich musikalisch auszudrücken. Hamburg: Reinbek
- Lazarus, R. S. & Launier, R. (1978). Stress-related transactions between person and environment. In: L. A. Pervin & M. Lewis (Eds.), *Perspectives in international Psychology*. New York: Plenum
- Liebelt, P. (2000). Differentialpsychologische Untersuchungen zur Phänomenologie, Genese sowie psychologischen Behandlung von Aufführungsangst bei Bühnenkünstlern. Dissertation, Universität Leipzig.
- Listen, M. et al. (2003). The Prediction of Musical Performance Anxiety. *Medical Problems of Performing Artists*, 18, 120-125
- Mantel, G. (2003). Mut zum Lampenfieber. Mainz: Schott Verlag
- Moeller, H. (1999). Lampenfieber und Aufführungsängste sind nicht dasselbe. *Üben und Musizieren*, 5, 13-19.
- Moeller, H., Castringius, S. (2005). Spezielle Musikphysiologie. In: *Zyklusopädie der Psy-*

chologie. Oerter, R. et al. (Hg.) Göttingen, Bern, Toronto, Seattle: Hogrefe, 525-551
Musil, R. (1906): Die Verwirrungen des Zöglings Törless. Reinbek, Rowohlt, 1992.

Petri, H. (1994): Geschwister- Liebe und Rivalität. Stuttgart, Kreuz, 2006.

Petri, H. (2005): Der Wert der Freundschaft. Stuttgart, Kreuz.

Petri, H. (2007): Bloß nicht zu viel Liebe. Eltern und Kinder zwischen Bindung und Freiheit. Stuttgart, Kreuz.

Porsch, R (2008). Lebenslänglich? Für immer im gleichen Orchester. In: das Orchester, Mainz: Schott Verlag, 12, 9-12.

Ryan, C. (1998). Exploring Musical Performance Anxiety in Children. In: Medical Problems of Performing Artists, 13, 83-88.

Sklaire, M. W. (1997). Performing Arts Medicine: Pediatric and Adolescent Medical Aspects. In: Medical Problems of Performing Artists, 12, 75-88.

Step toe, A. (1982). Performance anxiety: Recent developments in its analysis and management. Musical Times, 123, 537-541

Stern, H. (1989). Saitensprünge. Berlin: Transit-Verlag

Wittchen, H. U., Bullinger-Naber, M., Dormüller, M., Hand, I., Casper, S, Katschnig, H., Linden H., Margraf, J., Möller, H. J., Naber, D., Pödingen, W. & Roemer, A. van de (1995).

Hexal Ratgeber Angst: Angsterkrankungen, Behandlungsmöglichkeiten. Basel: Karger

Korrespondenzadresse

Prof. Dr. Helmut Möller
Sembritzki Str. 31
12169 Berlin
moeller@asfh-berlin.de