

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 Schwellensituationen 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 eine 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.