

Was hält Musiker gesund?

Eine Nachlese zum Symposium der DGfMM vom 10. und 11. Oktober an der Musikhochschule Köln

Treffen Therapeuten, Ärzte und vielleicht auch Betroffene anlässlich eines wissenschaftlichen Fachkongresses zusammen, stehen in der Regel die Krankheiten, ihre möglichen Ursachen und entsprechende Therapien im Fokus des Interesses. Könnte man nicht mal den „Spieß umdrehen“ und fragen, was die Menschen vor dem Krankwerden oder dem Krankbleiben bewahrt? Dieser Perspektivwechsel war der thematische rote Faden des 9. Symposiums der Deutschen Gesellschaft für Musikphysiologie und Musikermedizin (DGfMM), das am 10. und 11. Oktober 2008 in Zusammenarbeit mit der Hochschule für Musik Köln stattfand.

Seit ihrer Gründung 1994 verfolgt die DGfMM u. a. eine Verbesserung der medizinischen Versorgung der Musiktreibenden, Förderung der Wissenschaft, Forschung und Lehre im Bereich der Physiologie des Musizierens und die Interdisziplinäre Zusammenarbeit derer, die an der Ausbildung und Berufsbegleitung von Musikern beteiligt sind. Der in diesem Zusammenhang häufig zitierte Vergleich von Berufsmusikern mit Leistungssportlern hat nach wie vor seine Berechtigung. Beide Berufsgruppen müssen sich bei ihrer Berufsausübung auf die völlige Integrität ihres Körpers und ihres Geistes verlassen können. Mit dem erheblichen Unterschied, dass Leistungssportler in der Regel mit spätestens Mitte 30 aus dem Aktivendasein ausscheiden; Berufsmusiker weitere 30 Jahre erst noch vor sich haben.

Und wie hoch und ungewöhnlich diese berufsbedingten Belastungen sind, wurde in den letzten 20 Jahren eindrucksvoll dargestellt und wissenschaftlich belegt. Aber ist diese Perspektive, der Hervorhebung der Defizite – wenn die Boulevardpresse „Elend aus dem Orchestergraben“ titelt (SPIEGEL 2/07) wirklich die ganze Wahrheit? Ist Berufsmusiker ein Hochrisikoberuf?

Ja und nein. Ja, insofern, dass die Belastungen tatsächlich groß sind und einer breiten Öffentlichkeit immer noch verborgen bleiben; Erkrankungen tabuisiert werden und fachliche Hilfe oft nicht ausreichend vorhanden ist. Ja bedeutet dann aber auch, das Leid zu würdigen, um sich in einem zweiten Schritt für eine Verbesserung der medizinischen und

pädagogischen Versorgung der Berufsmusiker zu engagieren.

Nein, heißt andererseits aber, nicht bei der Betrachtung der Defizite stecken zu bleiben: nicht nur die Krankheit zu betrachten, sondern zu fragen, was schützt vor ihr und weiter: wenn die Erkrankung schon nicht vermeidbar war, wie ist sie von der einen oder dem anderen erfolgreich bewältigt worden? Was sind die Persönlichkeitsmerkmale, die es uns erlauben mit körperlichem und/oder psychischem Stress leichter umzugehen?

Die Wissenschaft hat hierzu in den letzten Jahren einige neue wichtige Aspekte offen gelegt. So wurden beispielsweise Humor, Glaube an die Sinnhaftigkeit und Bewältigbarkeit von Belastungen als sog. protektive Faktoren objektiviert (Seligman M, Antonovsky A, Reddemann L.) Neben diesen allgemeinen Aspekten gibt es aber auch ganz persönliche, individuelle Eigenschaften, die den Umgang mit Leid (besser) bewältigen lassen (Samsel W, Möller H). Nach der persönlichen Schilderung der Krankheitsgeschichte im ärztlichen Gespräch wäre die einfache Frage des Arztes oder Ärztin „Wie haben Sie das eigentlich geschafft, all dieses Leid auszuhalten?“ oft sehr aufschlussreich; sie wird aber in den wenigsten Praxen dieser Welt gestellt, dabei gäbe sie soviel Aufschluss über die Ressourcen, die Begabungen eines Menschen mit Stress umzugehen. Diese Ressourcen weiter zu stärken, wäre oft ein einfacher Weg zu einer guten Besserung, der die Individualität des Einzelnen respektiert. Für die meisten Pädagogen ist diese Haltung, Stärken zu stärken, damit die Schwächen schwächer werden sehr vertraut. Die Leute da abzuholen, wo sie stehen, wäre auch in medizinisch-therapeutischen Kontexten oft eine Bereicherung.

Musiker sind meiner Erfahrung nach hinsichtlich dieser ressourcenorientierten Sichtweise sehr inspirierend für Ärzte, Therapeuten, Pädagogen und Betroffene gleichermaßen. Natürlich wirkt Musik (-machen) an sich schon protektiv (Burzik A, Kreutz G); Musikern wird aber auch von den strukturellen Gegebenheiten ihres Alltags eine hohe Problemlösefähigkeit abverlangt. Anregend kann auch das Studium berühmter Künstlerpersönlichkeiten sein: Wie haben es denn ein Bach, ein Beethoven oder ein Schostakowitsch angesichts soviel persönlichen Leids geschafft, nicht nur nicht mit dem

Dieser Beitrag ist zuerst erschienen in „das Orchester“. Wir danken Schott Music, Mainz, für die freundliche Nachdruckgenehmigung.