

Gibt es Besonderheiten in der Psychotherapie von Musikern?

G. Heydt, Stuttgart

Abstract

Aufführungsängste, körperliche und seelische Krisen können bei Musikern ein so gravierendes Ausmaß annehmen, dass schließlich die Ausübung des Berufs nicht mehr möglich ist. Es werden dann meist körperliche Ursachen vermutet, zumal sich innerseelische Konflikte oft zunächst auf der Körperebene manifestieren. Mit ihrer hohen Selbstaufmerksamkeit suchen Musiker eher frühzeitig somatische Ärzte auf, aber erst sehr spät den Psychotherapeuten. Die Betroffenen können auf der Bühne ihre Probleme oft nur sehr bedingt verbergen, was zu einer verbreiteten Einnahme von beruhigenden Medikamenten oder Alkohol führt und letztlich die Situation nur noch verschärft. Musiker stehen in starker Konkurrenz untereinander, sie fühlen sich während ihrer Berufsausübung in einer Hochleistungssituation, woraus Versagensängste resultieren können. Seit 2006 gibt es an der Sonnenberg Klinik Stuttgart ein psychoanalytisch orientiertes Behandlungsangebot für Musiker. Dabei zeigten sich als Besonderheiten spezifische ungünstige und schützende Faktoren auf Seiten der Patienten, es erwies sich als hilfreich, wenn die Therapeuten über vertiefte Kenntnisse des Musikbetriebes und eigene Auftrittserfahrung verfügten. Aus dem Verlauf vieler Fälle ließen sich charakteristische psychodynamische Muster herausarbeiten. Die Behandlungstechnik sollte etwas modifiziert werden im Sinne einer aktiveren Haltung des Therapeuten, einer gezielten musikerspezifischen Exploration, einer Förderung von Körperwahrnehmung und Selbstfürsorge. Ziel einer Psychotherapie kann ein Zurückfinden des Musikers in seine bisherige Position mit einer veränderten inneren Haltung, der Wechsel auf eine weniger belastende Stelle oder das Erarbeiten eines völlig neuen Berufsbildes sein. Als sehr wichtig erweist sich der Aufbau eines bundesdeutschen Netzwerkes von ambulanten und stationären Psychotherapeuten, die mit den speziellen Fragestellungen der Musiker Erfahrungen haben.

Keywords

Musiker, Musikermedizin, Psychotherapeutische Ansätze, Netzwerk

Abstract

In musicians, performance anxieties, and other somatic and psychic crises can be so debilitating that professional activities are not longer possible. In these cases mostly somatic causes are suspected, since psychological conflicts tend to manifest themselves in somatic complaints. Due to their high degree of self-awareness, musicians usually seek help from the side of somatic medicine. They are frequently extremely reluctant concerning psychotherapy and other psychological treatments. Since during performances problems are difficult to hide, dysfunctional coping strategies like intake of tranquilizers or alcohol occur, rendering the situation even more problematic.

Musicians usually are competing with each other and are confronted with extreme technical and psychological demands. This situation can lead to anxieties concerning failure and insufficient accomplishments.

In the Sonnenberg-Klinik in Stuttgart, since 2006 a psychoanalytically oriented health care program is offered to musicians. It turned out that musicians present with specific risk factors, but also protecting factors. It is beneficial if therapists are familiar with their professional stresses and if they have own experiences concerning performing in public.

In many cases, follow up examinations revealed typical psychodynamic patterns. Treatment strategies should be modified according to a more active attitude from the side of the therapists. Furthermore exploration should take the professional background into account and self awareness and self-care should be supported.

As an aim of psychotherapy, return to the previous professional position with a modified psychological attitude is only one of several possibilities. A move to a less stressful position or to a professional alternative can also come into consideration.

It is crucial that a Germany-wide psychotherapeutical network will be established with out-patient clinics and in-patient health providers, knowledgeable with respect to the specific problems of professional musicians.