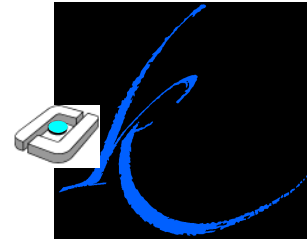




10 Jahre
DGfMM
1994 - 2004



KONSERVATORIUM
der Fachhochschule Osnabrück

5. Symposium

der

Deutschen Gesellschaft

für Musikphysiologie und Musiktherapie
(DGfMM)

zugleich

2. Musikpädagogisches Forum
des Konservatoriums der Fachhochschule Osnabrück

Musikphysiologische Aspekte
im frühen Instrumentalunterricht

Abstracts und Manuskripte

Samstag, 8. Mai 2004

Konservatorium der Fachhochschule Osnabrück

Leitung:

Dr. med. Maria Schuppert / Prof. Dr. Folker Schramm

Was Kinder können können: Zur Neurobiologie der Koordination im Kindesalter

Eckart Altenmüller

Musizieren erfordert äußerst komplexe koordinative Fertigkeiten, die nicht nur die Beherrschung der Feinmotorik voraussetzen, sondern darüber hinaus auch die Integration von zahlreichen Sinneswahrnehmungen in einen Handlungsplan am Instrument einschließen. Eine ausdrucksvolle Interpretation geht zusätzlich mit einer passenden emotionalen Färbung der jeweiligen senso-motorischen Programme einher.

Die Neurophysiologie derartiger koordinativer Fertigkeiten ist bislang selbst beim Erwachsenen nur unzureichend verstanden. Bei Kindern ist es klar, dass Eigenschaften der Muskulatur und der peripheren Nerven ebenso an der Koordination beteiligt sind wie zentralnervöse Wahrnehmungs- und Steuerprozesse.

Muskulatur und peripheres Nervensystem benötigen bis zur vollständigen Ausreifung die gesamte Kindheit und Jugend bis zum Abschluß der Pubertät. Die Nervenleitgeschwindigkeit nimmt beispielsweise kontinuierlich bis zum Alter von ca. 16 Jahren zu. Auch die volle Muskelkraft wird erst unter dem Einfluss der Sexualhormone voll entwickelt. Beide Körpereigenschaften sind an koordinativen Fertigkeiten beteiligt.

Noch wichtiger für die Entwicklung der koordinativen Fertigkeiten scheint allerdings das zentrale Nervensystem zu sein. Hier fallen die gewaltigen interindividuellen Unterschiede auf, die nicht ausschließlich mit frühem Beginn des Instrumentalspiels oder mit generellen Intelligenzleistungen erklärt werden können, sondern die auch noch andere genetische (eventuell ethnische) Faktoren mit einzuschließen scheinen. Interessanterweise ist seit Jahrhunderten hinsichtlich musikalisch-koordinativer Spitzenleistungen eine Akzeleration zu beobachten, das heißt, es werden immer früher immer schwierigere Stücke gespielt. Dies mag an verbesserten Ernährungsgewohnheiten, aber auch an einer effektiveren Unterrichtsweise liegen.

Univ.-Prof. Dr. med. Eckart Altenmüller
Institut für Musik-Physiologie und Musiker-Medizin
Hochschule für Musik und Theater Hannover
Hohenzollernstr. 47
30161 Hannover
e-mail: altenmueller@dgmfm.org

Muskuläre Balance bei Musikschülern - physiotherapeutische Ansätze

Stephan Faßnacht-Lenz

Was braucht ein Musiker: größtmögliche Stabilität bei optimaler Mobilität? – oder größtmögliche Mobilität bei optimaler Stabilität? Widerspricht das eine dem anderen, oder ergänzen sich Mobilität und Stabilität?

Unterscheidet sich muskulär ein „früher“ Instrumentalist von einem „langzeitigen“?

Ausgehend davon, dass es sich um gesunde Menschen handelt, soll der präventive, das Bewegungssystem optimierende Funktionsansatz beleuchtet werden.

Am Instrument werden immer die zwei Grundfunktionen vom Bewegungssystem gefordert: Die erste Funktion der Motorik ist die posturale (= die Haltung betreffende) Funktion, hier ist Ziel die Einnahme einer Position/Haltung gegen die Schwerkraft, im weitesten Sinne also die Stabilität. Die zweite Funktion der Motorik ist die Lokomotion, d.h. eine Bewegung von x nach y auszuführen, die sog. Mobilität.

Bei diesen beiden Grundfunktionen arbeiten die gleichen Muskeln einmal auf der Basis der synergistischen Mitaktivierung, wenn es darum geht die Lage eines Körperteils zu stabilisieren, zum anderen als Antagonisten, bei der dann eine Veränderung der Lage im Raum zustande kommt.

Die posturale Funktion wird von unserem Körper autochthon gesteuert und läuft einer jeden von uns gewollten bzw. geplanten willkürlichen Bewegung automatisch voraus; eine gute posturale Funktion ist somit Voraussetzung einer guten Willkürmotorik.

Diese „Feedforward“-Funktionsweise des posturalen Systems kann durch Übungen auf dem PosturoMed und mit dem ProprioMed optimiert werden.

Störungen und Abweichungen im Sinne von muskulären Dysbalancen oder segmentalen Instabilitäten können hier schnell und objektiv sichtbar gemacht werden.

Dieses Therapiekonzept soll hierbei auch praktisch vorgestellt werden.

Stephan Faßnacht-Lenz
Praxis für Physiotherapie und Musikermedizin
Rathenastr. 13-14
30159 Hannover
e-mail: fassnacht-lenz@dgfmm.org

Trompete für Asthmatiker? Kinderpneumologische Aspekte des Blasinstrumentenspiels.

Monika Gappa

Asthma bronchiale ist die häufigste chronische Erkrankung des Kindesalters mit einer Prävalenz von 8-10% in Deutschland. Die chronische Entzündung der Bronchialschleimhaut führt zu einer variablen Atemwegsobstruktion, die ganz oder teilweise reversibel ist. In Folge der Obstruktion kann eine Überblähung der Lunge entstehen. Diese pathophysiologischen Mechanismen sind vermutlich der Grund, warum häufig der Wunsch nach Erlernen eines Blasinstrumentes bei kindlichen Asthmatikern ablehnend beurteilt wird.

Die Durchsicht der relevanten Literatur bietet für diese ablehnende Haltung keine Rationale. Im Gegenteil muss unter atemphysiologischen Gesichtspunkten das Erlernen eines Blasinstrumentes sogar als vorteilhaft gewertet werden.

Auch der in der Literatur beschriebene positive psychologische Effekt unterstützt diese Einschätzung.

Insgesamt kann das Blasinstrumentenspiel daher gerade für Kinder mit Asthma bronchiale einen wichtigen Baustein in der auf mehreren Säulen bestehenden Therapie darstellen.

Prof. Dr. med. Monika Gappa
Pädiatrische Pulmonologie und Neonatologie,
Medizinische Hochschule Hannover
30623 Hannover
e-mail: Gappa.Monika@mh-hannover.de

Perfekte Asymmetrie – Orthopädie für junge Musizierende

Johannes Plath

Je komplexer und voluminöser das Zentrale Nervensystem eines Lebewesens beschaffen ist, umso länger benötigt es zum Erwachsenwerden, umso länger muss bzw. darf es spielen.

Spielen bedeutet *Ernstprobe* und erfüllt sich, wenn alles gut geht, in Freude über Zuwachs an Erfahrung und Können.

Es bedeutet aber auch, die eigenen Fähigkeiten realistisch einschätzen zu lernen.

Die musikalische Ausbildung hat heutzutage Aspekte, an die vor Zeiten noch nicht zu denken war. Spaßpflicht, allgegenwärtige Ablenkung der Konzentration, unerbittliche Jugendkultur mit Marktcharakter, Kulturabbau und soziale Widersprüche bereiten Kindern, Eltern und Pädagogen einen harten Job.

Die CD im Kopf hat es bewirkt: *wenn es sich gut anhört, ist es gut*. Der Lehrer schaut ebenso wie der Schüler gebannt in die Noten, die Eltern sind sowieso betriebsblind und können der Unterrichtung oder den Exerzitien schon nach einem halben Jahr nur noch passiv folgen.

Nun mag das Auge zwar das am leichtesten zu täuschende Sinnesorgan sein, aber – abseits von bilderloser Perfektmusik - für Musikermediziner und Pädagogen ist Musik ohne Bilder stumm.

Die Orthopädie hat Ihren Namen von einem ästhetischen Prinzip, welches besagt: *Es ist gut, wenn es gut aussieht!* Wenn es also stimmt, dass die Form der Funktion folgt (form follows function), dann besteht die wichtigste Voraussetzung für Gesundheit im musikermedizinischen Sinne in der Aufdeckung von funktionellen Ursachen einer nichtbewältigten musikalischen Phrase oder technischen Schwierigkeit. Nichts anderes tun Instrumental- oder Vokalpädagogen und sie machen es gut, aber es geht besser.

Die Beeinflussung der Symmetrie beginnt schon vor der Geburt. Das Gehirn wird möglicherweise in Abhängigkeit davon gepolt, mit welchem Ohr man den Herzschlag der Mutter hört ¹. Und schon während des Geburtsvorganges kommt es angeblich zu Kopfgelenksblockierungen beim Kind, die darüber entscheiden, ob die Eltern das erste halbe Jahr zum Schlafen kommen oder nicht. Es soll Entwicklungsstörungen und Verdauungsprobleme geben, die mit solchen sog. Kopfgelenks-induzierten Symmetriestörungen einhergehen ².

Kinder können alles. Kinder hüpfen jahrelang auf einem Bein, wenn man sie dafür belohnt. Kinder malen auch schöne Bilder – obwohl sie es in der Regel lassen, wenn die Belohnung ausbleibt. Sie spielen das Instrument, das man ihnen gibt, auf die Art, die man sie lehrt.

Es ist beeindruckend zu erleben, wie Suzuki-Kinder ein Instrument lernen wie die Muttersprache, aber - werden auch „Sprachfehler“ bemerkt, „Witze“ verstanden und „Poesie“ verfasst ³? Wir sollten jederzeit für eine gesellschaftliche Bewegung des allgemeinen Musizierens eintreten, könnten wir doch dann sicher sein, Hausärzte zu werden.

Was hören wir, was hört unser kleiner Student? Kinder haben ein unvermitteltes Musikempfinden. Für einen 3 Jahre alten Jungen hören sich die Wilhelm Tell-Overtüre und Chopins Begräbnis Marsch gleichermaßen lustig an. Jede Musik ist lustig. Für 5jährige ist langsame Musik traurig, schnelle dagegen fröhlich. Erst mit 7 kann man Dur und Moll emotional differenzieren ⁴.

Viele Instrumente sind ergonomisch katastrophal, weil extreme muskuläre Asymmetrien über lange Zeit und Zeiträume repetitiv geübt werden müssen. Symmetrisch angelegte Muskulatur wird in die Asymmetrie gezwungen wie der Fuß der Chinesin oder eine japanische Kiefer, Grund und treibende Kraft dafür ist in allen Fällen die Kultur.

Nun ist musikalisches Talent offenbar assoziiert mit *konstitutioneller Hypermobilität*. Der Anteil an konstitutionell Hypermobilen sowohl bei den Musikstudenten im Allgemeinen als auch in unseren Musikersprechstunden an den Hochschulen im Besonderen übersteigt die Normalverteilung in der Bevölkerung um das Mehrfache ^{5,6}. Dabei sind Studenten aus allen Erdteilen gleichermaßen betroffen. Warum? Empirie und Hypothese besagen: Konstitutionell Hypermobile sind unsportlicher, sind anfälliger für Funktionsstörungen und - sind natürlich geschickter im ergonomisch ungünstigen Raum.

Also sollte man sich nach hypermobilen Schülern umsehen und nicht verzweifelt an Ihnen. Auch die Eltern der Schüler sollten in die Einschätzung des Potenzials einbezogen werden.

Die Prophylaxe besteht in körperlichem Ausgleich und Kurzfußtechnik n. Janda ^{7,8}.

Eine Bemerkung zum *Ansatz*. Zum Ansatz gehört alles, was den Musiker umgibt. Man ist sich einig, dass die Umwelt den veranlagten Menschen formt (*nature and nurture*). Nun umgibt den Musiker immer etwas, ob er nun spielt oder nicht. Wenn er aber spielt, bedeutet *nurture* also: Ansatz. Dazu gehören Stuhl, Sitzhöhe, Instrument, Bodenbeschaffenheit, Luft, Klima, Licht und alles was Ihnen sonst noch so einfällt. In jeder Hinsicht ein umfangreiches musikermedizinisches Feld. J. Riley hat in Turku berichtet, wie er für Celine Dion in Las Vegas eine Klimablase hat einbauen lassen, in der zwar das Make up verläuft, aber die Stimme nicht austrocknet ⁹.

Und noch ein musikermedizinischer Bezug zum Symmetrieproblem: Der wachsende Mensch muss ständig seine Koordinaten im Raum neu bestimmen. Manchmal wächst er über Nacht. Für den Feedback zur Realität sorgen Sensoren im Bewegungssystem: die sog. Propriozeptoren. Sie sorgen dafür, dass er morgens beim Ersteigen der Treppe nicht stolpert, dass er noch weiß, wie seine Stimme sich anfühlt und ob der Stuhl die gleiche Höhe hat wie gestern. Wenn aber kleinste Änderungen so wichtig sind bei der Beherrschung des Instrumentes, der Spielökonomie

und der Vermeidung von Spielschäden – wie genau ist dann tatsächlich die Messgenauigkeit dieses Sinnes und wie bequem unser Fatalismus?

Der Adoleszent wird dann unaufmerksam bezüglich seiner Körperhaltung, weil sich nur selten noch etwas ändert: Man kann viel länger als früher dasselbe Paar Schuhe tragen und alle Stühle haben ungefähr die richtige Höhe. Auch das Instrument wird ein richtiger Vertrauter. Es verändert sich nicht, wieso also ich?

Eines unserer Forschungsprojekte untersucht ebendiese propriozeptive Leistungsfähigkeit: Wie sicher also kann ein Pianist z.B. seine Sitzhöhe reproduzieren?

Singen im Chor soll das Immunsystem stärken, guter Musikunterricht im Grundschulalter erhöht die Intelligenz und die soziale Verträglichkeit ¹⁰. Dagegen war Gesualdo ein Doppelmörder, Schumann endete in einer Irrenanstalt, Horowitz kam, ermattet vom Klaviervirtuosenleben, zwölf Jahre kaum von seinem Wohnzimmersofa hoch. Und Mozart lag im tödlichen Frieselfieber, als er sein Requiem schrieb, das angeblich die Abwehrkräfte so stärkt ¹¹. Dass Musik immer gesund sei und gesund mache ist vielleicht ein Aberglaube. Aber wieso muss Musik immer noch für etwas anderes gut sein als für sich selbst, - als Mittel zum Zweck taugen? Musiker sind meistens nette Menschen, die besonders beansprucht sind und wegen dieser Besonderheit einer spezialisierten Betreuung bedürfen.



Stralsunder Geigenschülerin,

7 Jahre alt

Literatur:

1. Smits R. Linkshänder – Geschichte, Geschick, Begabung. Düsseldorf 2002. ISBN 3491960460
2. Biedermann H. KISS-Kinder – Ursachen, (Spät-) Folgen und manualtherapeutische Behandlung frühkindlicher Asymmetrie. Thieme, Stuttgart 2001.
3. Starr W. Die Suzuki-Violin-Methode. Ein Handbuch für Lehrer, Eltern und Studenten. 1984. ISBN 3764923024
4. Dalla Bella S, Peretz I, Rousseau L, Gosselin N. A developmental study of the affective value of tempo and mode in music. *Cognition* 80(2001)B1-B10
5. Plath J. Konstitutionelle Hypermobilität, Talentbedingung oder pathognomonischer Nachteil. In: Seidel/Lange(Hg.) *Die Wirbelsäule des Musikers*. Bad Kösen 2001.

6. Plath J, Otto A, Fethke K, Seifert I, Arendt T, Möller. Constitutionl hyperlaxity among musicians, talent associated advantage or sick making problem. 10. European Congress on Musicians Medicine. June 11.-14.2003 Turku, Finland
7. Janda V. Muscles, central nervous motor regulation and back problems: Neurobiologic mechanisms in manipulative therapy. Edited by M Korr. New York, Plenum Press 1978, 27-41
8. Janda V, Vavrova M. Sensory Motor Stimulation: A Video. Presented by JE Bullock-Saxton, produced by Body Control Systems, Brisbane, Australia, 1990
9. Riley W, Caroll LM. Directed energy voice exercises. 10. European Congress on Musicians Medicine. June 11.-14.2003 Turku, Finland
10. Bastian HG. Jugend am Instrument. Eine Repräsentativstudie. Mainz 1996. ISBN 3795702194
11. Spahn K. Gesünder leben mit Musik. DIE ZEIT Nr6, 29.1.2004

Dr. med. Johannes Plath
Hochschule für Musik und Theater Rostock
und
Klinik für Traumatologie und Orthopädie, Klinikum der Hansestadt Stralsund
Große Parower Str. 47-53
18435 Stralsund
e-mail: htalp@gmx.de

Der musikalische Körper. Zur Einheit musikalischen und physiologischen Lernens im Instrumentalunterricht

Wolfgang Rüdiger

Der vom Referenten aus der Sicht der Instrumentalpädagogik geprägte Begriff des *Musikalischen Körpers* bezeichnet die unhintergehbare Funktions- und Wirkungseinheit von Körperlichkeit der Musik, Musikalität des Körpers, Instrumentenkörper und Kommunikation beim erfüllten instrumentalen Musizieren und zielt auf ein instrumentalphysiologisches Üben und Lernen, bei dem der Körper stets Thema und Sinn von Kunst und jeder Instrumentalunterricht zugleich grundlegend Körperunterricht ist. Instrumentalspiel und –lernen verstanden als höchst differenzierte, sensibilisierende, aktivierende und eutonisierende musikalische Körpertechnik, die den Körper des Musizierenden ebenso formt und bildet wie dieser die Musik mittels Instrument, bedarf einer basalen Musikphysiologie, die nicht allein auf Prävention und Prophylaxe gerichtet ist - was immer einen Mangel impliziert -, sondern diese Einheit und Wechselwirkung von Instrument- und Körperlernen positiv fasst, ausformt und fundiert. Ein Beispiel dafür bildet das unterrichts- und übestrategische Pendel zwischen den Polen *musikalisch-klangliches Ergebnis* und *körperliche Produktionsbedingung*, deren sensomotorische Bewusstheit und lustvolle Kontrolle beim Üben das gewünschte Ergebnis allererst ermöglicht, um alsdann in die freie Verfügbarkeit spontanen Handelns

entlassen zu werden. Musikphysiologie im Koordinatenkreuz von Körper, Musik, Instrument, Kommunikation stellt sich in diesem Sinne dar als Hendiadyoin: Musizieren ist immer physiologisch, körperlich - von umfassender Kinästhesie, Koordination, Kraftökonomie etc. geprägt - und jeder Musiker ein Musikphysiologe - so wie Musik in ihren innersten Zellen durchdrungen ist von Körperlichkeit und auf die Körper der Hörer nachhaltig wirkt.

Aus der Bedeutungsvielfalt dessen, was Begriff und Sache des *Musikalischen Körpers* meinen, werden einige zentrale Aspekte ausgewählt und mit Beispielen in Theorie und Praxis erläutert.

Prof. Dr. Wolfgang Rüdiger
Fachbereich Musikpädagogik
Robert-Schumann-Hochschule
Fischerstrasse 110
40476 Düsseldorf
e-mail: ruediger@ensemble-aventure.de

Lampenfieber und Auftrittsangst – Phänomenologische Betrachtung und pädagogische Konsequenzen

Folker Schramm

Die verschiedenen Formen musikalischer Interpretationen (gemeint sind alle Auftrittsformen interner und externer Öffentlichkeit), bedeuten für den bzw. die jeweils Betroffenen ausnahmslos eine mehr oder weniger große Stresssituation, die mit dem Phänomen der Angst in ihren differenzierten Wirkungsqualitäten verbunden ist. Für die unterschiedlichen Wirkungsqualitäten verwenden wir Begriffe wie „Erregung“, „Lampenfieber“ und „Angst“.

Um die differenzierte Wirkung der Angst im Zusammenhang mit der musikalischen Interpretation zu betrachten, erscheinen 2 Ansätze möglich und sinnvoll:

- A. Eine Betrachtung des Phänomens
- B. Eine Betrachtung der daraus resultierenden pädagogischen Konsequenzen

A.: Das Phänomen der Angst bei der öffentlichen Interpretation musikalischer Kunstwerke

1. Die Entstehung der Angst

- a) genetische Dispositionierung
- b) erfahrungsbedingte Ausprägung

2. Die Wirkung der Angst

- a) vor der Interpretation
- b) während der Interpretation

Zu 1a Die genetische Dispositionierung von Angst:

Nach allem was wir wissen und im künstlerischen Alltag beobachten, scheint es genetisch angelegte Dispositionen für den Grad der Erregung in Stresssituationen zu geben, die zu einem individuell unterschiedlichen Hormonspiegel (Stresshormone) in vergleichbaren Situationen (Vorspiel, Konzert etc.) führt, und zwar unabhängig von den künstlerischen Fähigkeiten des jeweils betroffenen Menschen.

Zu 1b Die erfahrungsbedingte Ausprägung von Angst

Sie ist im Wesentlichen eine Folge des individuellen Bewusstwerdens erfolgsbeeinträchtigender Faktoren bei der künstlerischen Präsentation und demzufolge das Resultat von Lernprozessen. Die daraus resultierende Angst bezieht sich in den meisten Fällen auf die eigene Person (Versagensangst). Sie kann sich aber auch auf das zu interpretierende Werk beziehen (letzteres korreliert vermutlich mit dem Grad der Entwicklung eines musikalischen Verantwortungsbewusstseins).

Zu 2a Die Wirkung der Angst bis zum Beginn der Interpretation

In den Tagen vor einer öffentlichen Präsentation (Vorspiel, Konzert) kommt es zu einer außerordentlich differenzierten Gemengelage der unter 1a und 1b genannten Wirkungsfaktoren.

Unabhängig von der individuellen Entfaltung des Erregungsniveaus in einer Stresssituation (wie z.B. vor einer öffentlichen künstlerischen Präsentation), kann man zwei Wirkungsqualitäten feststellen:

- eine unterstützende Wirkung (Lampenfieber)
- eine beeinträchtigende bis verhindernde Wirkung (Auftrittsangst/Blackout)

Ob und inwieweit das dispositionelle Erregungsniveau durch das erfahrungsbedingte Erregungsniveau beeinflusst wird erscheint unklar.

Ein Einfluss des dispositionellen Erregungsniveaus auf das erfahrungsbedingte Erregungsniveau vor dem Auftritt ist dagegen sehr wahrscheinlich (eventuell im Sinne einer additiven Wirkung?).

Unmittelbar vor dem Beginn der Interpretation (ab ca ½ Stunde vorher) erreicht das Erregungsniveau seinen Höhepunkt.

Während das dispositionelle Erregungsniveau in erster Linie durch die Tatsache des öffentlichen Auftretens an sich bestimmt wird, resultiert das erfahrungsbedingte Erregungsniveau zum einen

- aus dem Wissen um die individuelle Wirkung der dispositionellen Angst in Auftrittssituationen und zum anderen
- aus dem Wissen um insbesondere technische und Gedächtnis-Probleme während der Interpretation

Sofern vor Beginn der Interpretation der Anteil der dispositionsbedingten Erregungskomponenten überwiegt, führt dies nicht zu der destruktiven Befindlichkeit „Angst“, sondern zu der förderlichen Befindlichkeit „Ungeduld, endlich zu beginnen“.

Zu 2b Die Wirkung der Angst während der Interpretation

Diese Wirkung resultiert logischerweise aus der o.g. Erregungssituation vor Beginn der Interpretation.

Eine wirkungsintensive Interpretation wird durch ein erhöhtes Erregungsniveau vor Beginn der Interpretation wahrscheinlich deshalb unterstützt, weil in dem musikalischen Kunstwerk differenzierte psychische Befindlichkeiten codiert sind, die durch ein erhöhtes Erregungsniveau besser in einen erlebnisintensiven Ausdruck transformiert werden können und damit die Wirkung auf den Zuhörer erhöhen .

Übersteigt die Erregung jedoch ein bestimmtes (individuell wiederum unterschiedliches) Maß, dann beeinträchtigt es die Interpretationsqualität bis hin zum Abbruch. Das passiert allerdings nur dann, wenn das Erregungsniveau vorrangig durch die erfahrungsbedingten Komponenten bestimmt wird, durch die ein wesentlicher Teil der gedanklichen Ausrichtung vom Kunstwerk weg auf die eigene Person und die Möglichkeiten des Versagens projiziert wird.

Überwiegen hingegen die dispositionsbedingten Erregungskomponenten, dann bleibt die beeinträchtigende bis erhaltende Wirkung i.d.R. aus, weil das dispositionelle Erregungsniveau seine Wirkungscharakteristik durch die internen Spannungsverläufe des zu interpretierenden Kunstwerkes erhält und damit die Qualität der musikalischen Interpretation nachhaltig unterstützt.

B.: Pädagogische Konsequenzen

Eine pädagogisch-helfende Einflussnahme muss - in logischer Konsequenz – primär auf die erfahrungsbedingten Komponenten der Auftrettsangst gerichtet sein.

1. Der Schüler muss lernen, eine Einstudierungsqualität zu erreichen, die die Angst vor möglichen Fehlern während des Vorspiels minimiert.
2. Dies ist zu verbinden mit einer systematischen Gewöhnung an Auftrittssituationen.
3. Dabei muss der Schüler eine Einstellung - besser noch Überzeugung - erwerben, dass bei der musikalischen Interpretation nicht er, sondern das musikalische Kunstwerk im Mittelpunkt steht (Entwicklung eines musikalischen Verantwortungsbewusstseins).
4. Für die erforderliche Konzentration vor Beginn der Interpretation sollte der Schüler rechtzeitig angehalten werden, Möglichkeiten der konzentrativen Selbstentspannung zu erlernen (Autogenes Training, Yoga o.ä.)

Schulung der Körperwahrnehmung im Kindesalter zur Unterstützung der musikalischen Früherziehung

Hans H. Snoei

Koordinationsleistungen stehen bei der Entwicklung musiktechnischer Fähigkeiten im Vordergrund. Klinisch wird die sensomotorische Koordination meist erst beim Auftreten von Defiziten, z.B. in der neurologischen Rehabilitation von Kinesestörung, betrachtet. Wollen wir aber gesunde Kinder, speziell in der musikalischen Früherziehung, durch Koordinationstraining unterstützen, kommen neurobiologische und paläoanthropologische Betrachtungen zum Tragen, welche z.B. die Fähigkeit zum gezielten Werfen beschreiben. Schlüssel zu einer koordinierten Wurfbewegung mit dem kritischen Zeitpunkt des Loslassens und der kritischen Richtung des beschleunigten Gegenstandes ist die Vorausabschätzung der Folgen einer oder mehrerer gekoppelter Zielbewegungen. Neurologisch wird die sensomotorische Koordination als komplexes neuronales Schaltsystem in der Bewegungslehre als gezielte Ansteuerung von Stell- und Haltemuskeln beschrieben. Im Kern ist aber die Steuerungsaufgabe die Optimierung des Zeitpunktes für eine gezielte Impulssetzung. Je besser der Zeitpunkt getroffen wird, umso geringer ist die erforderliche Impulsstärke zum Erhalt der Körperbalance (statische Koordination) oder zum Positionserhalt z.B. einer Kugel im labilen Gleichgewicht (dynamische Koordination). Die im rotatorischen Bewegungsfluss aus der Körperachse eingebundenen motorischen Impulse entspringen einer neuronalen Raum-Zeit-Synchronisation. Mit wachsender neuronaler Synchronisation werden Zeitabläufe, Zeitintervalle, Zeittakte stabilisiert und reproduzierbar, so dass eingeübte Zielbewegungen, z.B. beim Wurf, auch das gewünschte Ergebnis bringen: den Gegenstand, der im Flug nicht mehr korrigiert werden kann, zum vorausbestimmten Ziel zu befördern. Mit Hilfe eines hochgenauen Trainingsgerätes lernt das Kind Ganzkörperbewegungen auf die nur noch essentiell notwendigen Antriebsbewegungen (Impulssetzungen) zum optimalen Zeitpunkt am optimalen Ort in optimaler Richtung zu reduzieren. Dieses Ziel kann auch durch Tai-Chi-Übungen, Wurfspiele, verschiedene Balance-Trainingsformen ohne Gerät erreicht werden, um die erforderliche neuronale Synchronisation für die Musikausübung zu gewinnen.

Dr. med. Hans H. Snoei
Malbergklinik
Römerstraße 44-46
56130 Bad Ems
e-mail: Snoei@t-online.de