

Elke Dommisch

## **Die Bedeutung des Körpers in der Musikausbildung und im Musikberuf (Ergänzende Qualifikationen im Musikstudium)**

Die Anforderungen an alle Musikerberufe sind stetig gewachsen. Die Verknappung der finanziellen Mittel fordert auch dem Musiker eine immer höhere Leistungsfähigkeit ab. Das betrifft sowohl seine instrumentale Qualifikation, als auch seine Vielseitigkeit in der Berufsausübung. Dies gilt in gleichem Maße für Orchestermusiker, frei arbeitende Musiker wie auch für Musikerzieher.

In der öffentlichen Diskussion tritt das Thema „der Körper in der Musikausübung“ seit einiger Zeit stärker in den Mittelpunkt der Betrachtung. Es gibt zunehmend mehr Ärzte, die sich besonders den berufsbedingten Problemen von Musikern widmen (beispielsweise haben die Hochschule für Musik in Hannover, sowie die beiden Berliner Musikhochschulen gemeinsam eigene Institute für Musikphysiologie und Musikermedizin geschaffen) und Symposien und Tagungen zum Thema Berufskrankheiten und deren Therapiemöglichkeiten nehmen zu. Erste Publikationen, die die Gesundheit des Musikers betreffen sind seit etwa 10 Jahren auf dem Markt, aber gerade in jüngster Zeit sind noch deutlich mehr hinzugekommen<sup>1</sup> (auch z.B. in der Zeitschrift „Das Orchester“ erscheinen regelmäßig Beiträge zum Thema Berufskrankheiten des Musikers). An Musikhochschulen werden Bewegungslehren und anderen Techniken (wie z.B. mentales Training oder NLP) zur besseren Bewältigung des zukünftigen beruflichen Alltags mehr Aufmerksamkeit geschenkt. Selbst an Musikschulen – wenn bisher auch nur am Rande – werden Themen der körperlich–geistigen Beanspruchung beim Musizieren erörtert (zum Beispiel zur psychologisch-mentalen Vorbereitung von Wettbewerben).

Um zukünftige Musiker auf diese an sie gerichteten höheren Anforderungen rechtzeitig (hier präventiv) vorzubereiten, muss eine entsprechende Ausbildung so früh wie möglich einsetzen. Das bedeutet von dem ersten instrumentalen Unterricht an. Der entsprechenden Ausbildung der Instrumental- und Gesangslehrer muß daher größte Bedeutung zugemessen werden. Die Ausbildungsinstitutionen (Musikhochschulen, Konservatorien und Fachschulen) sind somit aufgerufen eine Anpassung an die Praxis und somit eine Modifizierung der Ausbildungsziele und Ausbildungsinhalte vorzunehmen.

Nach wie vor kommen an den meisten dieser Institutionen – trotz vieler positiver Entwicklungen – Inhalte wie **Bewegungslehren**, **mentales Training** und ein **Bühnenpräsenztraining** erheblich zu kurz. Auch wenn ehemalige Studierende im Nachhinein die Bedeutung der praxisrelevanten Fächer erkennen und häufig über ihre mangelnde Ausbildung darin klagen, findet dies keine Resonanz in den Ausbildungsinstitutionen (z.B. Veränderungen des Fächerkanons bzw. der Wertigkeit der Fächer). Ein Umdenken in Bezug darauf fordert übrigens auch die Expertenkommission, die die nordrheinwestfälischen Musikhochschulen im Jahr 2002 evaluiert hat.<sup>2</sup>

<sup>1</sup> Pedro de Alcantara: Alexander-Technik für Musiker, Gustav Bosse Verlag, Kassel 2002

<sup>2</sup> Bericht der Musikkommission zur Evaluierung der Musikhochschulen in NRW: [www.mswf.nrw.de](http://www.mswf.nrw.de)

Um die präventiven Möglichkeiten von **Bewegungslehren** voll auszuschöpfen, sollten die Instrumentallehrer und der bzw. die „Körperlehrer“ eng zusammenarbeiten. Der „Körperlehrer“ kann im Hinblick auf Spielhaltungen- und Spielbewegungen sowohl theoretisch informieren (in einem speziellen **Anatomie- und Physiologieunterricht für Musiker**) als auch praktische Lösungsvorschläge machen und mit dem Instrumentallehrer bei „Problemfällen“ zusammenarbeiten. Ebenso sollten Studierende die Möglichkeit haben, eine fachkompetente Beratung (**Coaching**) und gegebenenfalls einen entsprechenden Unterricht zu erhalten. Außerdem ist es für den zukünftigen Instrumental- bzw. Gesangslehrer wichtig zu wissen, welche körperlichen Voraussetzungen eventuell zu Problemen führen können.

Die immer geringer werdende Anzahl der Möglichkeiten einer Festanstellung fordert eine stärkere Flexibilität und Selbständigkeit des zukünftigen Musikers. Auch unter diesem Aspekt gewinnen „alte“ Fächer wie z.B. die **Rhythmik** neu an Bedeutung. In der Rhythmik geht es neben der körperlichen Erfahrung musikalischer Phänomene auch um die Erfahrung und Erweiterung der persönlichen Denk- und Verhaltensweisen. Nur ein ausreichendes Selbst-Bewußtsein ermöglicht einen angemesseneren Umgang mit den Gegebenheiten des Berufsalltags. Um solch ein Selbst-Bewußtsein zu schaffen ist auch eine Auseinandersetzung mit den oben genannten Bewegungslehren ein probates Mittel. Ihre Anwendung in der Musiker- Ausbildung hat in anderen Ländern (Großbritannien, USA) bereits eine längere Tradition als bei uns (die Royal Academy of Music in London beschäftigt 9 Alexander-Technik-Lehrer!).

Eine weitere wichtige Ergänzung der Qualifizierung des Musikers bzw. des Musiklehrers sind Übungen, die eine positive **Bühnenpräsenz** fördern. Die dabei zu erwerbenden Fähigkeiten wie Selbst- und Fremdwahrnehmung, Raumwahrnehmung, angemessener Umgang mit Lampenfieber bzw. Bewertungsangst, schnelle Reaktion auf Gegebenheiten vor Ort, differenzierte Ausdrucksqualitäten und Klarheit in der Aussage sind sicherlich auch Qualitäten, die in einer Vorstellungssituation oder bei einem Elternabend in der Musikschule nützlich sind.

Eine Musiker- bzw. Musiklehrerausbildung, in der die Einheit von Körper und Geist wieder eine größere Bedeutung bekommt, ist längst überfällig. Dies sollte sich auch in einem entsprechenden Fächerangebot einer Musikhochschule ausdrücken. Im Wettbewerb der Ausbildungsinstitutionen um eine möglichst effiziente Ausbildung kann eine Musikhochschule sich gerade auch durch einen Schwerpunkt in diesem Bereich profilieren.

Um eine höhere Wirkung durch Synergie-Effekte zu erzielen, erscheint es mir sinnvoll die einzelnen Fächer in einer Stelle bzw. in einem Fach (**Psycho-physisches Dispositionstraining**) zu integrieren und dadurch besser miteinander zu verknüpfen. Eine Zusammenarbeit mit den Instrumental- bzw. Gesangslehrern ist unbedingt wünschenswert.

Der folgende Fächerkanon ermöglicht ein umfassendes **Psycho – physisches Dispositionstraining** :

- **Anatomie/Physiologie für Musiker:**  
Das Erwerben von Grundkenntnissen soll dazu führen den Spielapparat besser kennenzulernen und dadurch Gefahren und Potentiale beim Üben selbständig einschätzen zu können. Dazu dient auch das Kennenlernen neuester Forschungsergebnisse .
- **Bewegungslehren** (F.M. Alexander-Technik, Feldenkrais, Eutonie, Dispokenesis...):  
Das Körperbewußtsein verbessern, um Berufskrankheiten vorzubeugen, schon vorhandene Probleme zu lindern oder zu beseitigen. Um die musikalischen Ausdrucksmöglichkeiten zu verbessern.
- **Rhythmik:**  
Umsetzen von Musik in Bewegung, um damit musikalische Phänomene erfahrbar zu machen (z.B musikalische Spannung empfinden und angemessen ausdrücken können, innere Bewegung (E-motion) in eine äußere Bewegung (Motion = Spielbewegung) übertragen können).
- **Mentales Training:**  
Die beim Musizieren notwendigen geistigen, gefühlsmäßigen, mechanischen und psychologischen Fähigkeiten können durch mentales Training erlernt und verbessert werden. Eine Ökonomisierung des Lernens wird möglich.
- **Bühnenpräsenz-Training:**  
Selbst- und Fremdwahrnehmung, Raumwahrnehmung, Spielgestik, Spielmimik, Angstprophylaxe, Selbstkonzepte in Bezug auf die Art der Berufsausübung...
- **Coaching** für Kollegen und Studierende:  
Psycho-soziale und körpertechnische Beratung der Studierenden. Unterstützende Zusammenarbeit mit den Instrumentalkollegen bzw. Gesangslehrern.