

Vorwort

Anstelle eines ausführlichen Vorwortes ist hier als erste Einstimmung ein Zitat des Schriftstellers Hanns-Josef Ortheil zu lesen, dessen Weg zur Sprache und zum Selbstausdruck die Musik war. In seinem schriftstellerischen Werk macht er deutlich, wie verwoben Musik und Sprache seien, wie sich beide miteinander verbinden und unterstützen können und schließlich die Sprache der Musik zum Klang der Sprache werden kann und wie, übertragen auf die vorliegende Arbeit, die Bekanntschaft mit dem zuvor Unbekannten eine Chance ist, die eigene Welt, sei es die Musik oder die Sprache, der anderen vertraut zu machen und so neue Möglichkeiten des Weiterlebens und der eigenen persönlichen und musikalischen Entwicklung zu eröffnen. Und darüber hinaus, wie es sich anfühlen kann, die Musiken, die Grundlage des praktischen Teils dieser Untersuchung sind, wieder in Sprache zu verwandeln, um so ein Verständnis des Forschungsanliegens zu ermöglichen.

„Wie am Klavier kommen dann die Finger zum Einsatz –
das ist die banalste Ähnlichkeit. Anstatt aber Töne hervorzubringen,
bringen sie jetzt Texte hervor, die wie Musik gedacht sind.
Und wie beim Musikhören erlebe ich klangliche Höhen und Tiefen
sowie unterschiedliche Tempi, und ich erkenne Helles und Dunkles,
Monochromes und Farbiges. So erhalte ich mir beim Schreiben
die Illusion, mit Worten und Sätzen Musik zu machen.“

(Ortheil 2018, 237f.)

I. Einleitung

Anliegen der vorliegenden Forschungsarbeit ist es, sich dem insgesamt noch wenig untersuchten Gebiet des Coachings zu widmen, das sich zum einen wissenschaftlich und methodisch der Musiktherapie verpflichtet fühlt und sich zum anderen auf eine Zielgruppe fokussiert, die sich intensiv mit der Musik selbst auseinandersetzt, namentlich mit Musikstudierenden.

Resilienz und Selbstbehandlung sind Begriffe, die den Verfasser schon lange Zeit begleitet haben, allerdings noch ohne konkreten Weg, den sie sich bahnen konnten. So führte ein erster Weg über jene Erwachsene, die oftmals im Nachhinein bedauern, einst das aktive Musizieren aufgegeben zu haben, weiter zu den Jugendlichen, die Musik machen, jedoch im Begriff sind, dieses „an den Nagel zu hängen“¹, schließlich zu Kindern, welche die Musik als Resilienz-Faktor nutzen könnten, nochmals zurück zu den Erwachsenen, die sich im täglichen Leben so oft *selbst be-handeln*, nicht immer bewusst und doch wissend, warum und auch welche Musik in diesem Moment gerade besonders gut passt, bis schließlich auf einer gedanklichen Lichtung die Studierenden der musikalischen Fächer auftauchten. Mit ihnen trat eine Gruppe zutage, deren Mitglieder wenig von offensichtlichem gesellschaftlichen Interesse scheinen, denen es „doch ziemlich gut geht“, die noch relativ sorgenfrei durchs Leben gehen können, schon einiges hinter, aber noch so viel vor sich haben. Junge Menschen, die an einer Schnittstelle zwischen einer freiheitsliebenden Jugend und dem „ernsten“ Erwachsensein stehen, in einer Zeit die sehr wohl krisenhaft ist, viele Fragen oder Sorgen aufwirft sowie eigener Orientierung bedarf. An dieser Stelle soll das Konzept des musiktherapeutischen Coachings ansetzen. Es ist zum einen gespeist aus Erfahrungen des eigenen Musikstudiums und den Erfahrungen und Ideen vieler Bekannter und Freunde, die ebenfalls ein Musikstudium absolviert haben. Zum anderen wird es untermauert durch vertiefende Kenntnisse aus musiktherapeutischer und beratender Arbeit in klinischen und außerklinischen Kontexten. Die Musiktherapie hiermit deutlich im Raum der Prävention zu verankern und mit der Möglichkeit eines Coachings, also mit einer weniger pathogenetischen als vielmehr salutogenen Sichtweise zu verbinden, warf das Forschungsanliegen

¹ Hier lässt sich mittlerweile auf repräsentative Studien verweisen, die zeigen, dass und warum eine Vielzahl der jungen Musiker*innen tatsächlich das Musizieren aufgibt sowie mögliche Aspekte, wie und in welcher Form das Beibehalten beeinflusst werden kann (vgl. Heye/Knigge 2018, 192–210), auf die der Verfasser jedoch nicht weiter eingehen wird.

auf, das im praktischen Teil der Untersuchung als Angebot mit dem Titel *Musiktherapeutisches Coaching für Musikstudierende* durchgeführt wurde.

Ein weiteres Anliegen dieser Arbeit ist es, zum Nach- oder auch *Um*-Denken anzuregen, da durch die Einbindung der Prävention die Kultivierung der persönlichen Gesundheit während eines Musikstudiums in den Blick genommen werden kann. Diese kann im Hinblick auf die Zurückführung zu Selbstheilungskräften und seelischer Widerstandskraft im gesellschaftlichen Kontext zudem Nachhaltigkeit bewirken.

Der Verfasser bemüht sich um den grundsätzlichen Einsatz gendergerechter Sprache unter Nutzung des Gendersternchens (*). Der als substantiviertes Partizip gebrauchte Begriff der Studierenden (anstelle von Student*innen) wurde trotz möglicher Kritik² aufgrund der noch weiten Verbreitung im Rahmen des Sprachgebrauches der Universität und des direkten Bezugs zum Studium beibehalten. Darüber hinaus wird sich wiederholt in allgemeinen Formulierungen, bei Komposita oder beispielsweise bei dem aus dem Englischen entlehnten Begriff *Coach* in der Regel die generisch maskuline Form Verwendung finden. Dies dient dann alleinig dem Lesefluss und möge als genderumfassend verstanden werden.

Die Arbeit umfasst fünf große Kapitel, explizit zu theoretischen Hintergründen, dem Stand der Forschung, ihrer Vorbereitung und Durchführung sowie Auswertung. Zunächst erfolgt in **Kapitel 2** eine ausführliche Einführung in das Thema, die deutlich machen soll, wie das musiktherapeutische Coaching entstanden ist und aus welchen theoretischen Quellen es sich speist, an welche Konzeptionen es grenzt und wie es sich neu organisiert. Dafür werden in den **Kapiteln 2.1** und **2.2** konzeptuelle Hintergründe und angrenzende Begrifflichkeiten eingeführt, welche diese Einordnung abstützen. Da die Musik Teil verschiedener Disziplinen ist, die sie als Mittel für ihre Prozesse nutzt und die sich intensiv mit Wirkung und Wahrnehmung auseinandersetzen, erfolgt in **Kapitel 2.3** eine Darstellung dieser auf Musik bezogenen Gebiete. Hier soll deutlich werden, dass die Zahl präventiver und gesundheitsfördernder Angebote insgesamt vermehrt und im Besonderen auch in der Ausbildung von Musiker*innen vorhanden ist, jedoch eine musiktherapeutische

² Hinweise dazu finden sich im Kompendium „Gendersensible Sprache. Strategien zum fairen Formulieren“ des Bundesverbandes der Kommunikatoren e. V. (BdKom). Berlin, o. J., o. V., abgerufen unter: https://bdkom.de/sites/default/files/meldungen_files/bdkom_kompendium_gendersensible_sprache.pdf [letzter Zugriff am 27.11.2020, 22:20 Uhr].

Sicht, die das Seelische mit der Musik selbst und selbst-behandelnd in den Kontakt bringt, fehlt. Im Fokus liegt hier sowohl ein Zugewinn an musikalischer Erfahrung, wiederum für die persönliche Auseinandersetzung sowie für den Kontakt zum Seelischen, als auch für das eigene Musizieren und Musiker*in-Sein mit der freien Improvisation. In **Kapitel 2.4** wird insbesondere das Coaching als Konzept und Zugang in den Blick genommen und wichtige Aspekte herausgearbeitet, die mit der morphologisch orientierten Musiktherapie in Verbindung gebracht werden, um für das zu entwickelnde musiktherapeutische Coaching den Weg zu bereiten.

Nach der theoretischen Einordnung erfolgt in **Kapitel 3** ein Überblick über bisherige Forschungen und bedingende Komponenten, die in das vorliegende Forschungsvorhaben und dessen Gestaltung und Durchführung münden. Die Verbindung von Musiktherapie und Coaching wird also noch einmal aufgegriffen und ein bestehendes Praxismodell beleuchtet, woraus ersichtlich wird, welche Möglichkeit die Musiktherapie und das Coaching in ihrer Verbindung für Musikstudierende zur Überwindung von Krisen und zur generellen Auseinandersetzung mit sich selbst bieten können.

Kapitel 4 befasst sich mit der Einbettung des Vorhabens in einen Forschungszusammenhang, zeigt Vorbereitungen und Fragen auf und entwickelt die zugrunde liegenden Annahmen, auf denen die Umsetzung des Forschungsprojektes schließlich erfolgte.

Konkretionen zur ersten, dem Kenntnisstand vor der Untersuchung entsprechenden, Hypothese sowie zur erfolgten Durchführung, zu Vorbereitungen, zu Bedingungen und besonders zur Auswertung mittels der Methode *Beschreibung und Rekonstruktion* erfolgen in **Kapitel 5**. Es wird erkennbar, welcher Logik die Methode folgt und schließlich den Boden bereitet für die tatsächliche Auswertung der durchgeführten Coachings.

Die zwölf Fallbeispiele, die in **Kapitel 6** dargelegt werden, stellen den zentralen Teil der Untersuchung dar. Sie bilden die vollzogenen Prozesse in den Coachings durch jeweils eine Nachbildung des Beginns und des Endes, anhand der betreffenden Sitzungen und mittels der Auswertung der dort entstandenen ersten und letzten Improvisationen ab. Im Anschluss werden in **Kapitel 7** die Ergebnisse zusammengetragen und mit der anfänglichen Forschungshypothese rückverbunden, in **Kapitel 8** diskutiert und in **Kapitel 9**

zusammengefasst. **Kapitel 10** soll abschließend einen Ausblick darauf geben, was folgende Forschungsarbeiten in der vorliegend begonnenen Richtung weiterfragen, entwickeln und erweitern könnten.

Die Arbeit bewegt sich mit der Idee des Coachings, sozusagen einem Angebot für „Gesunde“, in einem bisher wenig thematisierten und auf den ersten Blick möglicherweise nicht vollständig musiktherapeutischen Feld. Die Musiktherapie zielt jedoch grundsätzlich darauf, Gesundheit wiederherzustellen, zu fördern und zu erhalten und schließt somit das Format wieder ein.

Von daher ist es von Bedeutung, dass der Verfasser Musiktherapeut ist, da zum einen auf musiktherapeutische Methoden zurückgegriffen wird und zum anderen Grenzen zwischen Coaching und therapeutischen Situationen manchmal fließend sein können und dennoch mitgedacht und gewahrt bleiben sollten. Oftmals wird das Coaching als „Hilfe zur Selbsthilfe“ (Rauen 2014, Kapitel 1.2) beschrieben. Zu dieser *Selbsthilfe* und musiktherapeutisch angelehnter *Selbstbehandlung* etwas beitragen zu können, ist ebenso ein wichtiges Ziel: Die Studierenden sollen auf ihrem Weg unterstützt werden, um ihnen einen neuen Einblick in innere Prozesse, Bewältigungsstrategien und musikalisches Tun zu ermöglichen. Insbesondere über die musiktherapeutische Methode der freien Improvisation kommen die Studierenden in Kontakt mit einer für sie weitgehend unbekannten Ausdrucks- und Erfahrungsmöglichkeit. Hier wird die *Bekanntschaft mit dem Unbekannten* angebahnt. Die Studierenden lernen etwas Neues, sich selbst, neue Zugänge zum Musizieren oder zu ihren Fragen und Anliegen kennen und machen sich mit ihm bekannt. Das Unbekannte weist dazu behutsam in Richtung des Unbewussten, das sich in den Improvisationen einen Weg bahnt und mit dem sich die Studierenden auseinandersetzen können.

Es erfolgt eine Anonymisierung der persönlichen Daten, um ein Wiedererkennen der einzelnen Studierenden zu vermeiden, die sich freiwillig auf die intensiven und sehr persönlichen Prozesse eingelassen haben.