

Fallbeispiele aus der Praxis von Hester Wiggers

1. Psycho-edukativer Bereich

Die folgenden beiden Fallbeispiele zeigen auf, wie es möglich ist, Unintentional Music im Musik-Unterricht einzusetzen, ohne den pädagogischen Rahmen zu sprengen.

A: Neue Übtechnik

Denise, eine 12-jährige Schülerin, spielt mir zu Beginn der Stunde ein Stück vor. Es fliesst sehr schön und ausdrucksvoll, in den letzten 4 Takten gerät der Fluss jedoch ab und zu ins Stocken, weil sie die Akkordwechsel noch nicht richtig beherrscht. Normalerweise würde ich mit ihr die Akkordwechsel üben, bis sie diese fehlerlos trifft. Heute teile ich ihr bloss meine Beobachtung mit. Sie hat es selber auch bemerkt.

Nun fordere ich sie auf, das Stocken zu übertreiben, d.h. den Fehler zu verstärken und zu schauen, was sich dadurch verändert. Sie spielt die Stelle mit vielen Unterbrechungen und sagt dann: „Ich klebe viel mehr an den Tasten, bleibe lange drauf und wechsele erst, wenn ich ungefähr weiss, welche Tasten meine Finger als nächstes spielen müssen.“

Ich bitte sie, dies noch stärker zu übertreiben. Sie spielt nun mit längeren Pausen und bereitet sich sehr bewusst auf die Wechsel vor. Es ist ein sehr konzentriertes Üben, so wie ich es mir als Klavierlehrerin eigentlich wünsche! Dann sagt sie: „Es ist gar nicht so schlimm, wenn ich warte, bis ich weiss wohin. So merken meine Finger, wo's lang geht!“

Durch das Verstärken des „Fehlers“ hat Denise selber die richtige Übtechnik gefunden. Wie oft habe ich ihr schon das langsame Üben ans Herz gelegt, ohne Erfolg. Diesmal haben ihr ihre Finger den Weg gewiesen. Ich bin überzeugt, dass dieses Erlebnis nachhaltiger wirkt als all meine früheren Ratschläge!

B: Innerer Kritiker (Saboteur)

In diesem Beispiel geht es um die Arbeit mit einem Saboteur - dem inneren Kritiker. Dieser kann vor allem bei Erwachsenen einen hemmenden Einfluss ausüben.

Silvia hat im Alter von 42 Jahren mit dem Klavierspiel begonnen. Es war ein langgehegter Wunsch von ihr, den sie sich nun endlich erfüllt hat. Bald schon zeigt sich, dass sie sehr streng mit sich selber ist und hohe Erwartungen an sich stellt. Dies äussert sich in verbalen Äusserungen (tzz, mmh, oh nein!) und Gesten (Kopfschütteln, grimmiges Gesicht, Augenrollen...). Ich möchte ihre Aufmerksamkeit auf diese Stimme lenken und teile ihr meine Beobachtung mit. Dann frage ich sie, ob sie sich Fehler zugesteht. Sie verneint und lacht dabei, weil ihr bewusst wird, wie absurd das in diesem Falle ist. Nun schlage ich ihr vor, diese Stimme als innere Figur zu betrachten, z.B. als

innere Kritikerin. In der nächsten Zeit soll sie einfach mal schauen, wann diese sich zu Wort meldet und was sie zu sagen hat.

In einem weiteren Schritt kann Silvia die Kritikerin um etwas Geduld bitten und ihr sagen, dass sie sich erst in 2 Monaten wieder melden darf, um eine Zwischenbilanz zu ziehen. Bei Silvia ist das aber gar nicht nötig. Nur schon das Beobachten der Kritikerin lässt diese mehr und mehr verstummen und Silvia kann sich mit mehr Geduld ihrem Klavierspiel hingeben. Wichtig ist, dass ich ihr in dieser Zeit Stücke aufgebe, die sie in kurzer Zeit bewältigen kann. So hat sie nach 2 Monaten tatsächlich einen Lernerfolg vorzuweisen.

Um ihren Perfektionismus abzuschwächen, mache ich auch die folgende Improvisationsübung mit ihr: Ich spiele ein kurzes Begleitmuster und sie improvisiert mit einer einfachen 5-Ton-Reihe drauflos, ohne dass es ein Falsch oder Richtig gibt. Wichtig ist, dass sie mit dem Fluss der Musik mitschwingen kann und sich nicht von allenfalls „schrägen“ Tönen irritieren lässt.

2. Psycho-therapeutischer Bereich

Das nächste Fallbeispiel demonstriert, wie mit Unintentional Music tiefgreifende Prozesse ausgelöst werden können. Dies sprengt natürlich den Rahmen des normalen Klavierunterrichts. Ich spreche hier denn auch von therapeutischer Arbeit und nicht mehr von Unterricht. Manchmal werden die Prozesse vollständig über das Instrument geführt oder sie nehmen das musikalische Problem zum Ausgangspunkt und führen danach von der Musik weg. Nach Abschluss des Prozesses ist bei erneutem Spiel eine grosse Veränderung in der Musik feststellbar.

Fallbeispiel

Sybille ist 34 Jahre alt, kaufmännische Angestellte und hat berufsbegleitend die Ausbildung zur musikalischen Grundschullehrerin absolviert. Nun unterrichtet sie Kinder in musikalischer Früherziehung und arbeitet teilzeitlich in einem Büro. Sie hat die Methode von UM an einem Seminar von Lane Arye kennengelernt und möchte so das Klavierspiel erlernen. Seit einem halben Jahr kommt sie regelmässig zu mir in die Sitzung.

Heute spielt Sybille ein Stück von Hellbach vor. Während ihrem Spiel beobachte ich, wie ihre Finger auf den Tasten liegen bleiben. Dadurch verschwimmen die Töne ineinander. Nachdem sie das Stück beendet hat, teile ich ihr meine Beobachtung mit. Sie hat es selber nicht bemerkt. Im konventionellen Klavierunterricht würde ich ihr jetzt Übungen zeigen, um das Heben der Finger zu verbessern. Nun aber bitte ich sie, das Liegenlassen zu verstärken (Amplifikation des Signals). Ich bin neugierig, ob sich dadurch etwas verändert.

Sybille spielt und lässt die Finger auf den Tasten liegen. Dadurch verschwimmen die Töne noch stärker ineinander. Sie übertreibt es immer mehr, der Druck in ihren Händen und Fingern nimmt ständig zu. Es sieht so aus, als würde sie etwas Imaginäres wegdrücken. S: „Mmmm, runter mit ihm!“ H: „Mit wem?“ S: „Ich weiss auch nicht, mit dem da!“ Sie verzieht ihr Gesicht und macht ein grimmiges Geräusch dazu.

Ich fordere sie auf, sowohl das Wegdrücken als auch das Geräusch zu verstärken. Sie macht weiter, bis sie nach einer Weile von selber aufhört. S: „Es ist so etwas wie Trotz. Manchmal dachte ich: „Ich muss, ich muss, ich muss...“ oder auch „Ich kanns!“ Es war keine Wut, aber es war sehr verbissen.“ H: „Wer drückt denn da?“

S: (Sie überlegt.....) „Einerseits gibt es eine kritische Stimme in mir drin, die sagt: „Hör doch besser auf damit!“ Und dann gibt es eine andere Stimme, die sagt: „Ich kanns! Euch zeig ich's!“

Es folgt nun eine Sequenz, bei der es darum geht, die beiden Stimmen, bzw. Teilpersönlichkeiten näher kennenzulernen. Dabei stellt sich heraus, dass die kritische Stimme internalisierte Stimmen des Vaters und des Bruders sind, welche sie in der Kindheit beim Flöte üben störten. Sie erzählt, wie ihr Bruder ihr Flötenspiel sabotierte, indem er den Pfeifenputzer hineinsteckte oder die Stereoanlage laut aufdrehte, kaum begann sie zu spielen. Der Vater war auch nicht begeistert, wenn sie übte, sodass sie es vorzog, zu spielen, wenn er nicht zu Hause war. Die einzige, die sie unterstützte, war ihre Mutter, die selber manchmal Musik auflegte, aber nur wenn der Vater nicht da war. Mit ironischem Unterton sagt S: „Meinem Vater tut die Musik weh in den Ohren, verstehst du.“

Aber auch die Mutter ertrug das Üben auf die Dauer nicht. Sie erwartete, dass Sybille von Anfang an „etwas Rechtes“ spielen sollte. Sybille setzte sich deshalb stark unter Druck, alles sofort zu beherrschen, Fehler konnte sie kaum zulassen. Einige Jahre später hat sie das Flötenspiel dann aufgegeben.

Ihr inneres Feuer war jedoch nicht ganz erloschen. Als Erwachsene hat sie das Flötenspiel wieder aufgegriffen, weil sie spürte, dass es ihr fehlt. Die andere Stimme in ihr drin hatte sich zurückgemeldet. Diese Stimme lässt sich vom Kritiker nicht unterkriegen, diese Stimme will Musik machen. Und diese Stimme setzt sich jetzt gegen Vater und Bruder zur Wehr und sagt: „Euch zeig ich's!“

Um diese Kraft zu verstärken, spielt sie nun nochmals auf dem Klavier und spricht ihren Vater/Bruder direkt an. Sie fordert beide auf, sie beim Üben nicht mehr zu stören und verbannt sie regelrecht aus ihrem Übungszimmer. Ihr Spiel wird dabei immer heftiger und lauter, sie kümmert sich nicht mehr darum, ob es schön tönt oder nicht und genießt es offensichtlich. Auch das scheint ein Thema zu sein: laut, falsch und „gruusig“ spielen zu dürfen. Selbstverständlich wurde das zu Hause nicht toleriert.

Das Klavier bietet ihr ein wunderbares Experimentierfeld, um ihre aufgestaute Wut auszudrücken. Zum Abschluss spielt Sybille nochmals ihr Stück vor und es ist frappant, wie gelöst ihre Finger und Arme nun spielen.

Kommentar

Das Liegenlassen der Finger war ein Signal, das mich neugierig machte. Die Amplifikation dieser unbeabsichtigten Bewegung brachte ihren Sekundärprozess zum Vorschein: Was will ich? Wie sieht mein wirklicher Weg in der Musik und im Leben aus?

Andererseits zeigte sich auch die Konfliktsituation, in welcher die Klientin sich befindet: es geht um die Ablösung vom Elternhaus. Der Vater verkörpert die sogenannte Grenzfigur, die sie davon abhält, ihren Weg wirklich zu gehen.

In der Weiterarbeit muss deshalb einerseits das Vaterthema bearbeitet werden, andererseits muss sie darin unterstützt werden, herauszufinden, was sie wirklich will.

- Ein wichtiger Ansatzpunkt ist die Musik, denn hier brennt ein Feuer und hier hat sie schon einen enormen Durchhaltewillen bewiesen. Dieses Feuer gilt es zu nähren. Welche Stücke möchte sie spielen? Welche Musik gefällt ihr? Indem ich ihr in der Stunde immer wieder Entscheidungsmöglichkeiten anbiete, kann sie herausfinden, was sie will und was nicht. Z.B. kam sie einmal in eine Sitzung und sagte, sie hätte überhaupt keinen Zugang bekommen zum Stück, das ich ihr das letzte Mal aufgegeben hatte. Ich fragte sie, weshalb sie es dann doch geübt habe. Sie meinte, es sei schliesslich das letzte Stück im Heft und das gehöre doch auch dazu. Zudem hätte ich gesagt, es gefiele mir so gut, da müsste sie es doch spielen. Ich fragte sie, was passieren würde, wenn sie das Stück nicht spielen würde. Sie lachte und erwiderte: „Eigentlich nichts.“ Dann legte sie das Heft beiseite und meinte: „Okay, ich spiele dieses Stück nicht, basta. Ja, das stimmt so für mich.“
- Eine weitere Möglichkeit, ihre unangepasste Seite - ihr „naughty girl“ - zu stärken, wäre z.B. Wut und Aggression auf dem Klavier auszudrücken oder grusig, laut und falsch zu spielen. Getraut sie sich das und darf sie sich so zeigen?
- Oder sie könnte ihre positiven und negativen Seiten aufschreiben und diese anschliessend auf dem Klavier spielen. Dann soll sie sich vorstellen, dass ihr Vater, ihre Mutter, ihr Bruder, andere Menschen im Raum sitzen und dass sie diesen Personen diese verschiedenen Seiten vorspielt. Wem mag sie welche Seite zeigen? Zeigt sie nur die guten Seiten? Nur die schlechten? Möchte sie gar nichts von sich zeigen?

Zur Weiterarbeit mit dem Vaterthema bietet sich folgendes an:

- Entweder die Auflehnung über das Klavier ausleben oder mittels einem Dialog auf zwei Stühlen dem Vater sagen, was sie ihm zu sagen hat. Eine andere Möglichkeit wäre, den Vater wirklich aus dem Zimmer zu verbannen, bevor sie zu Üben beginnt und eine Karte vor die Türe zu hängen mit der Aufschrift „Bitte nicht stören“.
- Ihr Vater ist aber auch präsent in der Figur des inneren Kritikers, der nichts von Musik hält und der ihr schon bei der Berufswahl im Weg stand. Dieser Kritiker hat sich schon früher in ihrem Überverhalten gezeigt: sie hat Z.B. wenig Geduld mit sich selber, bis sie ein Stück kann, gesteht

sich keine Fehler zu und glaubt, ein Stück gleich von Anfang an perfekt beherrschen zu müssen. Durch eine innere Tp-arbeit hat sie ihn gebeten, ihr mehr Zeit zu lassen und etwas geduldiger mit ihr zu sein. Dies ermöglicht ihr tatsächlich, gelassener und geduldiger zu werden, sie kann jetzt in Portionen üben und will nicht mehr alles aufs Mal können.