

Die musiktherapeutische Improvisation – Überlegungen zur Indikation und Kontraindikation¹

Isabelle Frohne-Hagemann, Berlin

¹ Überarbeiteter Vortrag im Karajan Zentrum Wien am 16.5.2003

Der verstorbene Prof. Alfred Schmözl war einer der Ersten, die Musiktherapie und besonders die Improvisation als ein **Beziehungsgeschehen** ins Bewusstsein rückten, was Prof. Dr. Karin Schumacher, die bei Schmözl studierte, nicht zufällig fortgesetzt hat. Sie hat die Improvisation als interaktionelles dyadisches Beziehungsgeschehen aus entwicklungspsychologischer Sicht weiter wissenschaftlich erforscht. Auch ich werde verstehe die therapeutische Improvisation als Beziehungsgeschehen, und zwar auch dann, wenn gemeinsam Atmosphären und Stimmungen improvisiert werden, die auch als emotionale Bedeutungshöfe von Beziehungserfahrungen verstanden werden können.

Worum geht es eigentlich in der Therapie? Was soll das Improvisieren? Wir improvisieren mit unserem Klienten, weil in der Improvisation das Bindungsverhalten des Klienten hörbar wird und weil sich seine Beziehungsgeschichte reinszeniert und über die seelischen Suchbewegungen der Spieler auch weiter entfaltet. So können auch neue Beziehungserfahrungen gemacht werden.

Die Forschung nach John Bowlby hat uns gezeigt, dass die Weichen dafür, was für die seelische Gesundheit gut ist, schon früh im Leben gestellt werden: nur Kinder und Säuglinge, die sicher an ihre Mütter gebunden sind, können kurzfristige Trennung gut verkraften. Kleine Kinder empfinden großen physiologischen Stress, wenn ihre Mütter sie nach kurzer Abwesenheit nicht gut trösten und beruhigen können. Je mehr die kleinen Kinder ihre Verunsicherung unterdrücken, desto stärker wird verhindert, dass Gefühle im Austausch mit anderen Menschen reguliert werden können. Nur eine sichere menschliche Bindung ermöglicht, dass Gefühle im Austausch mit anderen Menschen auf gute Weise reguliert werden können.

Und genau darum geht es in der musiktherapeutischen Improvisation: das gemeinsame Spielen soll misslungene oder verunsichernde Beziehungserfahrungen kompensieren bzw. korrigieren. Die Beziehungserfahrungen in der Improvisation mit der Therapeutin sollen helfen, Nähe und Distanz emotional zu regulieren, Experimente zu wagen und in einem wirklichen Spielraum eine organische Entwicklung des Selbst in seiner Bezogenheit zu einem Du ermöglichen.

Die Wahrnehmung der Empfindungen der Therapeutin auf das Spiel des Klienten - ihre Gegenübertragungsgefühle - gibt ihr Hinweise darauf, welche Beziehungsqualitäten ein Klient im Laufe seiner frühen Entwicklung erfahren oder noch nicht erfahren hat. Sie erlebt, welche Art und Weisen, Kontakt herzustellen oder Kontakt zu vermeiden dem Klienten zur Verfügung stehen oder in ihm aktiviert werden können.

Sie schließt daraus, welche therapeutischen Ziele mit der Improvisation erreicht werden könnten. Diese müssen aber immer im Zusammenhang mit dem biographischen Hintergrund (Stichwort: Hörerfahrungen, musikalische Sozialisation, usw.) und dem kulturellen Hintergrund gesehen werden. Wie Nähe und Distanz gehandhabt wird, ist von Kultur zu Kultur oft sehr unterschiedlich. Der Japaner ist so erzogen, dass Gefühle nicht direkt gezeigt werden dürfen. Das wäre unverschämt. Sicherheit und Nähe wird ein japanischer Klient in der Musiktherapie wahrscheinlich nur dann erleben, wenn sein Therapeut mit seinem Spiel Halt gibt oder wenn sich beide auf die Gestaltung eines übergeordneten Projekts wie z. B. auf einen gemeinsamen Rhythmus einigen. Und wenn sie über die Musik sprechen, benutzt man vielleicht eine sehr indirekte, symbolische Sprache. Wenn der Therapeut jedoch einen interaffektiven Austausch forciert, also ein eher direktes, einander konfrontierendes Spiel oder auch ein Gespräch darüber nach dem Motto anregt: „was haben Sie gefühlt?“, wird das vom japanischen Klienten garantiert als Distanzlosigkeit und Übergriffigkeit bewertet. So kann man mit einer musiktherapeutischen Improvisation einen Klienten auch zutiefst kränken. **Die Improvisation wirkt also nur dann therapeutisch, wenn sie sich auf die jeweils angemessene mögliche und lebbare Form von Beziehung bezieht.** Welche dies sein kann, hängt davon ab, welche Ziele in Bezug auf die Entwicklung von Beziehungsformen überhaupt erreicht werden können und welche gar nicht erst in Betracht genommen werden dürfen. Dazu werde ich Ihnen gleich ein Beispiel geben.

Die Improvisation ist auch ein metaphorisches Geschehen, in welchem sich Beziehungswirklichkeit auf symbolische Weise inszeniert. In der Improvisation drückt sich die „Essenz“ (Wärja-Danielsson, 1999, 146) einer Erfahrung durch Klang, Rhythmen, Instrumente und Körperbewegung aus. Dadurch wird Verdrängtes oder Vermiedenes bewusst und Konflikte, Störungen und traumatische Erlebnisse können symbolischen Ausdruck finden. Wenn über die Improvisation anschließend gesprochen wird, kann dies ebenfalls auf der symbolischen Ebene anhand von Imaginationen zur Musik geschehen. Diese Imaginationen symbolisieren psychodynamisches Material und sind deswegen eine gute Möglichkeit, zu verstehen, was in einem vorgeht. Die Klientin, die ich Ihnen gleich vorstellen

werde, benutzte eine im Symbolischen bleibende Sprache, um mir ihre seelische Beziehungswirklichkeit mitzuteilen. Symbolische Sprache bezieht sich auf die Musik, legt nicht fest und vermeidet zu frühe direkte verbale Sinngebungen, die auch bedrohen könnten.

Ich möchte drei Klientinnen vorstellen, die in gewisser Hinsicht ähnliche Problematiken hatten, bei denen m.E. die Improvisation jedoch nur bei einer Klientin wirklich **die** Methode der Wahl war. Bei der zweiten Klientin wurde rezeptiv gearbeitet, weil die Improvisation zu direkt gewesen wäre und bei der dritten bestimmte eine kollektive Thematik, dass rezeptiv gearbeitet wurde. Diese drei Fallvignetten können einen Impuls für die Diskussion geben, sind jedoch nicht repräsentativ.

EVA

Die 35jährige Eva wollte eine Musiktherapie machen, um sich von ihrer Mutter zu befreien. Die erwachsene Frau fühlte sich ihrer Mutter gegenüber (immer noch) nicht genügend gewachsen, um sich von ihr abzugrenzen. Außerdem wollte sie gerne ein eigenes Kind bekommen. Eva wollte unbedingt an die Instrumente, weil sie offensichtlich spürte, dass die Improvisation ihr helfen könnte, bessere Beziehungserfahrungen als bisher zu machen. **Selber** spielen war notwendig, um zu sich selbst zu kommen und autonom zu werden.

Hier lag eine wichtige Indikation für ein Arbeiten mit der Improvisation vor, weil Eva einen Spiel- und Erfahrungsraum bekam, in dem sie ihr Selbstwertgefühl und ihre Selbstwirksamkeit erleben konnte und dadurch die Kraft, sich abgrenzen zu können, was wiederum ja die Grundlage für den emotionalen Umgang mit Nähe und Distanz ist.

Ihre musikalischen Erlebnisse besprachen wir fast ausschließlich in verbal-symbolischer Form. Sie teilte mir ihr Seelenleben verschlüsselt und daher geschützt mit, so dass sie den Schutzraum und die Zeit hatte, alte und neue Erfahrungen nicht zu schnell durch Reflektieren und Festlegen zu verengen.

In einer der Anfangssitzungen kommt Eva zur Tür herein, sagt nicht viel und will nur Musik machen. Sie wählt das Schlagzeug. Ich wähle den Big Bom (eine sehr große Schlitztrommel), um eine warme Basis zu geben. Dies war gut gemeint, jedoch: man hört, jede spielt eher für sich. Wir kommen kaum in Kontakt, es entsteht weder eine rhythmische noch eine andere verbindende Struktur. Ich fühle mich gestresst, weil ich ihr doch einen warmen, mütterlichen Boden anbieten wollte. Sie dagegen betont, großen Spaß zu haben.

Ich hatte noch nicht richtig begriffen, dass sie ja keine Mutter wollte! Aber diese für mich in der Situation nicht gerade erhebende Improvisation war jedoch Gold wert, denn sie zeigte, dass Eva die Fähigkeit hatte, Gemeinsamkeit und Nähe zu verhindern und sich darüber auch freuen konnte. Eine gewisse Ichstärke war also da. Für mich stellte sich aus therapeutischer

Sicht nun die Frage, ob sie das **immer** so machen musste, weil sie nicht anders **konnte**, z.B. weil sie keine anderen Kontaktformen und Kontaktmodi kannte – dann zahlte sie sicher einen hohen Preis, nämlich den der Einsamkeit. Oder ob sie –und das wäre eher gesund- mir zu diesem Zeitpunkt deutlich machte, dass Nähe einfach noch verfrüht war und ich bitte nicht ihre Explorationen am Instrument stören sollte.

In der nächsten Sitzung geht es gleich wieder zu den Instrumenten. Sie wählt für sich Klangschalen und einen Regenstab und weist mir ein kleines Instrument zu, mit dem ich niedliches Vogelgezwitscher machen kann.

Wie sie das Spiel mit mir erlebt oder wie ihr die Musik gefallen hat, wird von Eva nicht thematisiert. Jedes Gespräch, das sich auf den verbalen Austausch über das eigene Erleben beziehen könnte, wird vermieden. Stattdessen assoziiert sie zu ihrem Spiel mit den Klangschalen „heilige Hallen“ und dass ein fremder Mensch (der Regenstab) das Heilige aufschreckt und dass dieser fremde Mensch mit dem Vögelchen, das von mir gespielt wird, kommuniziere.

In einer 2. Improvisation in der gleichen Sitzung wählt sie für sich das Vibraslap und ich soll eine Glocke spielen. Sie assoziiert zu meiner Glocke eine italienische Kirche und zum Vibraslap eine Krähe, die sagt: "ich bin zwar hässlich, aber genau so wichtig wie die Kirche". Was will Eva mir sagen? Heilige Hallen und Kirchen sollen erschreckt werden (vielleicht die unantastbare Mutter?). Die Krähe sieht hässlich aus, aber trotz dieser negativem Selbstattribution soll ich wissen, dass Eva genau so wichtig ist wie das Heilige, ich sage mal: das Unantastbare. Krähen können ja hacken und sich verteidigen!! Ich soll zwar Verbündete werden (Regenstab und Vögelchen kommunizieren ja), aber auch gewarnt werden!

In der nächsten Sitzung hocken wir wieder auf dem Teppich und spielen ohne Thema "einfach so". Sie wählt sich einen Quietscher, Meditationskugeln und kleine Glöckchen, ich darf diesmal selber auswählen und wähle ebenfalls einen Quietscher, eine Kalimba und wieder das Vögelchen, also Ähnliches. Vor dem Hintergrund der "heiligen" Klänge durch Klangkugeln und Glöckchen entsteht ein spielerisches Streitgespräch der beiden Quietscher. Sie assoziiert: Bazar, Kobold. Der Kobold (Quietscher) sei zusammengedrückt und verberge seine Hässlichkeit dadurch, dass sein Hut tief ins Gesicht gedrückt ist (das Instrument quietscht, wenn man es zusammendrückt). Dennoch zeigt er sich! Er muss sich jedoch immer wieder bei den - von ihr selbst gespielten- Kugeln ausruhen: Eva ist Selbstversorger. Die Szene erinnert sie nun aber auch konkret daran, dass sie bei Freunden immer die

Unbeschwerter Spiele und keiner sähe wie es ihr wirklich ginge. Von diesen Freunden wolle sie sich trennen. Im Übrigen habe ihr das "Kabbeln" mit dem anderen Quetscher Spaß gemacht. Kontakt mit mir ist in Form eines sich Kabbelns möglich.

Das macht ihr Mut, auch mehr zu wagen und in den nächsten beiden Sitzungen improvisiert sie u.a. am E-Piano und ich am Klavier. Sie provoziert mich ganz schön: Sie stellt z.B. einen Rhythmus ein, dessen Tempo sie andauernd variiert und noch fügt über eine Tastenkombination wilde Perkussion hinzu.

Sie sorgt dafür, dass sie nicht zu fassen ist. Am Klavier habe ich meine Mühe, den Tempoveränderungen gerecht zu werden, aber es gelingt einigermaßen. Nach dem Spiel sagt sie, es sei richtige Erholung gewesen, sie sei ganz locker geworden. Anerkennend meint sie, sie wundere sich aber, dass ich da am Klavier mithalten konnte. Ich antworte, dass mich ihre interessanten variierenden Tempi halt sehr interessiert hätten.

Diese Improvisation hat einen anderen Stellenwert als die erste, als sie Schlagzeug spielte und ich Big Bom und ich mich sehr unwohl fühlte. Dort wehrte sie mein Spiel ab. In dieser Improvisation aber wundert sie sich, dass jemand ihr folgt, sie aber nicht verfolgt. So erlebt sie es. Sie macht hier leibhaftig eine neue Erfahrung, dass sich jemand für sie wirklich interessiert und sie nicht wie ihre Mutter ständig kontrollieren will.

Nachdem sie sicher genug geworden war, dass ich aushalten kann, wenn sie ihre eigenen Sachen durchsetzt, und mich für sie interessiere, ohne sie vereinnahmen zu wollen, ist sie bereit, ihre Wünsche und Probleme auch direkt zu verbalisieren. Sie fragt mich, was ich über unsere Improvisationen denke und sie ist dankbar, dass ich daraufhin transparent mache, wie ich ihre Nöte und Schutzmechanismen erlebe und einschätze.

In der nächsten Zeit nutzt sie die Improvisation, um sich zu rückversichern, dass ihre eigenen Ideen sein dürfen, dass sie wertgeschätzt werden und dass ich ihr musikalisches Spiel unterstütze.

Dadurch wird erst ihr richtig bewusst, was in ihrer Herkunftsfamilie nicht erlaubt war. In ihrer Familie waren nämlich alle „ganz selbstverständlich füreinander da“, aber Kritik und eigene Meinungen waren nicht erlaubt und wurden mit Liebesentzug geahndet. Die Problematik dieser emotionalen Übergriffigkeit, Distanzlosigkeit und Pseudonähe wird bewusst und findet Ausdruck. Sie erlaubt sich, Wut auf die Eltern zu äußern.

Gleichzeitig spürt sie jetzt ihre Sehnsucht nach einer Mutter, bei der sie wirklich Kind sein darf. Sie äußert auch ihren bisher unerfüllten Wunsch nach einem eigenen Kind.

Eine metaphorische Improvisation, in der sie zwei Tablas spielt und ich das Wasserbecken spielen soll, löst archaische und sinnliche Bilder von Urwald, Wasserfall, Trommelmusik und Eingeborenen aus. Eine weitere Improvisation in der nächsten Sitzung handelt wieder von Eingeborenen. Gleichzeitig taucht in der Musik ihre Großmutter auf, bei der die Kinder „einfach so sein“ durften. Kurz nach diesen Sitzungen wird Eva schwanger.

Ich möchte diese Therapie hier jetzt nicht im Weiteren darstellen, da ich hoffe, dass die Indikation für die Improvisation bei Eva deutlich genug geworden sein sollte. Es ging darum, mit Hilfe der Improvisation Evas Autonomie zu stärken. Ich stellte mich für ihre seelischen Suchbewegungen zur Verfügung. Ihre Schwangerschaft war wie eine Bestätigung, dass sie sich von der eigenen Mutter ablösen und selber Mutter werden konnte.

Was **nicht** möglich war, waren Improvisationen, in denen wir einen wirklich musikalisch-emotionalen und intersubjektiven und interaffektiven Austausch hatten. Ich wurde für sie nie eine interessante Person mit Eigenleben. Aber darum ging es auch nicht.

CORINNA

Ich möchte Ihnen nun Corinnas Fall schildern, die wie Eva aus einer sehr leistungsorientierten Herkunftsfamilie stammte, wo alle Familienmitglieder immer einer Meinung waren, d.h. wo man das Eigene offenbar nicht leben durfte.

Corinna war 43 Jahre alt und war außerstande, sich abzugrenzen. Corinna sah auch in mir sofort eine Autorität, vor der man am Instrument nie bestehen könnte. Sie vermied es, auch nur einen Blick auf die im Raum verteilten Instrumente zu werfen. Selber spielen war undenkbar, schon der Gedanke daran ängstigte sie. Spielen wäre Ausdruck und Ausdruck muss perfekt sein, was aber beim Improvisieren ja nicht geht. Das Familienskript sagte: lass dich nie auf Unvorhersehbares ein, mach nichts aus dem Augenblick heraus, sonst passiert eine Katastrophe. Die Improvisation ist unvorhersehbar und entsteht aus dem Augenblick.

Auf Grund der massiven Übertragung wäre es re-traumatisierend gewesen, Corinna zum Spielen überreden zu wollen. Ich hätte die Familiendynamik unterstützt und ihren eigenen Willen missachtet. Manchmal befindet man sich in einer solchen Übertragungsfalle. Aber selbst, wenn ich ihre Neugier geweckt hätte, würde sie nur einen Pseudokontakt herstellen können, weil sie sich im Kontakt noch nicht einmal hätte empfinden und abgrenzen können.

Auch, wenn ich ihrem Spiel einfach nur zuhören würde, würde sie in Prüfungsangst geraten, ob sie wohl musikalisch alles richtig genug macht und womöglich meine Achtung verliert. Die Versagensangst war immens.

Die Alternative schien mir, zunächst eine rezeptive musiktherapeutische Methode anzubieten, bei der man zu meist klassischer Musik in einem veränderten Bewusstseinszustand eine Imaginationsreise macht. Wir nennen diese Methode *Guided Imagery and Music (GIM)*. Warum entschied ich mich so?

- In der GIM ist die Musik meine Kotherapeutin. Sie trägt, begleitet und stimuliert die seelischen Suchbewegungen und Handlungen der „Reisenden“. Dadurch zieht Musik die Aufmerksamkeit von der Therapeutin ab. Übertragungen können auch auf die Musik und die auftauchenden Personen in den Imaginationen bezogen werden.
- Die Musik wird in einem veränderten Bewusstseinszustand gehört. Die Klientin ist ganz bei sich und ihrer Innenwelt.
- Die Musik mobilisiert innere Ressourcen der Klientin. Die Therapeutin „stört“ dabei nicht.
- Die gehörte Musik schützt vor einer vorzeitigen direkten Interaktivität zwischen Therapeut und Klient. Die Musik lässt die Klientin Affektivität erleben. Dies ist oft weniger ängstigend als wenn das emotionale Erleben durch die Improvisation der Therapeutin ausgelöst wird.

Die Imaginationen werden während des Hörens erzählt, vertieft und durchlebt. Die Therapeutin unterstützt die Klientin die ganze Zeit verbal auf eine Weise, dass die Erlebnisse mit allen Sinnen und leibhaftig erlebend erfahren werden können. Sie deutet jedoch nicht und hilft auch, dass die Klientin nicht selber analytisch zu reflektieren beginnt.

Eine Imaginationsreise folgt oft den Gesetzen eines Mythos: der Held muss das Gewohnte verlassen, sich mit schwierigen Situationen auseinandersetzen, schwere Prüfungen bestehen und schließlich mit den neuen Erkenntnissen in den Alltag zurückkehren. Jeder Roman, jeder Film, jedes Märchen und eben jede Sinfonie ist so aufgebaut (Frohne-Hagemann, I. 1997). Die in der GIM verwendeten Musikstücke tragen den Helden durch seine Abenteuer. Die Musik stimuliert die emotionale Lesart der inneren Probleme und ist das Gefäß, in welchem sich die inneren Szenerien entfalten können. Man kann also tief in die eigenen Themen einsteigen, ohne diese gleich in Beziehung zum Therapeuten zu setzen.

Für Corinna als Klientin mit viel Angst war es sehr wichtig, dass ich ihr immer sehr genau erklärte, was Therapie heißt und wie das funktioniert. Sprache half, einzuordnen und zu verstehen. Sie musste genau wissen, worauf sie sich einließ.

Für die erste Reise wähle ich eine Musik mit einem kleinen Container, die also eher beruhigend war. Sie soll es ermöglichen, eigene Ressourcen zu mobilisieren und sich „nähren“ zu lassen. Corinna kann zu ihrem großen Erstaunen tatsächlich imaginieren. Sie findet auch einen inneren Ort, wo sie sich geborgen und frei von allen Anforderungen selber fühlt. Doch nicht lange! Denn sie wird von Introjekten überwältigt, die alles verbieten, was das Eigene nähren und aktivieren könnte.

Die nährenden Funktion der Musik löste zwar Abwehr aus, dennoch war es wiederum die Musik, die Abgrenzung und damit eine positive Erfahrung ermöglichte. Denn als der Konflikt, sich von der „lieben“ Musik nähren lassen zu sollen für sie unerträglich wurde, wagte sie, mich unter größter Anstrengung aufzufordern, die Musik abzustellen! Sie ist völlig verblüfft, dass ich sie respektiere und beglückwünsche, mir (!!!) direkt und klar gesagt zu haben, was sie möchte. Sie hatte offenbar erwartet, dass ich enttäuscht wäre, dass sie sich nicht auf die Musik einlassen konnte und nun reagierte ich ganz anders! Das war eine ganz neue Erfahrung, dass man tut, was sie wünscht, ohne dafür Begründungen abliefern zu müssen.

Da die direkte Begegnung mit mir –womöglich gar mit ihr auf Instrumenten spielend – viel zu bedrohlich war, war rezeptive Musiktherapie geeigneter, damit sich der Konflikt überhaupt, und zwar über das *Musikhören* artikulieren konnte. Corinnas Abgrenzung bezog sich scheinbar auf die Musik, aber ermöglichte dadurch die Erfahrung, dass der Beziehungswechsel von der Musik zu mir als direktem Gegenüber positiv aufgenommen wurde.

Auch hier möchte ich den Fall aus Zeitgründen nicht weiter vertiefen, weil deutlich geworden sein sollte, warum der Weg hier über die rezeptive Musiktherapie ging.

JULIA

Aber lassen Sie mich noch ein drittes Beispiel bringen, wo die Improvisation in der Therapie nicht ausreichte, und wo man mit rezeptiver Musiktherapie tiefer kam. Auch dies kann nur eine kleine Vignette sein.

Es gibt eine wichtige Kontraindikation für die Improvisation bzw. eine Indikation für rezeptive Musiktherapie. Diese betrifft z. B. die therapeutische Bearbeitung kollektiver Thematiken, von denen die normalen Beziehungs- und Entwicklungsthematiken allerdings natürlich ein Teil sind. Kollektive Themen beeinflussen die persönliche Biografie unterschwelliger, untergründiger und ungreifbarer als direkt gelebte zwischenmenschliche Beziehungserfahrungen. Sie sind oft tiefer und effektiver mit GIM zu bearbeiten als durch die Improvisation, da dann nicht das Beziehungs- und Übertragungsgeschehen zwischen Klientin und Therapeutin im Vordergrund steht, sondern - wie bei Julia, unserem dritten Beispiel- die Auseinandersetzung mit der schweigenden Generation nach dem Dritten Reich

Julia, eine im Jahr 2003 58jährige Ärztin, möchte sich selbst mit Hilfe ambulanter Einzelmusiktherapie im Lebensganzen besser verstehen lernen. Seit einem aufwühlenden Erlebnis als Notärztin hatte sie Träume, die sie nachdenklich gemacht hatten und zu einer Therapie motivierten. Julia ist als Nachkriegskind in einer Zeit aufgewachsen, wo über das Dritte Reich tunlichst geschwiegen wurde. Sie wuchs im großen Schweigen einer scheinbar heilen Welt auf. Über die Tätigkeiten des Vaters in der Nazizeit wusste sie praktisch nichts, also weder, ob er Täter, Mitläufer oder Widerständler war. Aber als ob sie hinter die heile Welt schauen wollte, entwickelte sie schon früh Interesse an Not leidenden Menschen.

In der Musiktherapie war Julia gleich von den Instrumenten angetan und fand die musiktherapeutische Improvisation faszinierend. Sie konnte ihr Erleben ins Hier und Jetzt bringen, ohne es zu zerreden. Durch das Spielen konnte sie unbewusste Archive des Leibes öffnen und vergessene Erlebnisse der Kindheit wieder erinnern, sie kam dadurch jedoch nicht an die Atmosphären heran, die sie im Schweigen der Elterngeneration spürte, zumindest hatte sie das Gefühl, diese Atmosphären nicht adäquat in Musik umsetzen zu können oder aus den Improvisationen heraushören zu können, denn Julias Themen bezogen sich auf kollektive und gesellschaftliche Hinter- und Abgründe, die sie nicht spielen konnte. Die Therapeutin hatte deshalb das Gefühl, dass eine imaginative Arbeit mit und durch Musik hier indiziert sein könnte, um Julia zu helfen, das Unerhörte und Ungesagte zu verarbeiten und zu integrieren. Sie schlug GIM vor.

In den GIM-Sitzungen tauchten immer wieder Imaginationen auf, die mit dem Dritten Reich zu tun hatten. Julia musste feststellen, dass sie unterschwellig unter kollektiven Schuld- und Unschuldgefühlen litt und sie begriff, warum sie sich zeitlebens intensiv gegen autoritäre Strukturen aufgelehnt hatte. Ihre Imaginationen in den GIM Sitzungen brachten sie in Kontakt mit sehr existenziellen Themen. So durchlebte sie verschiedene Facetten von Todeserfahrungen, etwa den Tod auf dem Schlachtfeld, sie wurde lebend begraben, oder sie erlebte, in einem Kerker zu verhungern. Sie brachte dies sofort mit dem 2. Weltkrieg in Verbindung, identifizierte sich aber nicht so sehr mit den jüdischen Opfern, sondern mit den jungen deutschen Soldaten. Julia war Ende 1945 geboren und fühlte sich den noch kurz vor

Ende des Krieges eingezogenen Kind-Soldaten nah. Julia meinte, die Soldaten gehörten zur Generation, die unschuldig schuldig geworden war und dies nicht vermitteln konnten. Allerdings hatten ihre Themen auch eigene biographische Bezüge. Julia wusste, dass ihre Mutter 1944 im 5. Monat eine Fehlgeburt hatte und dass die Todeserlebnisse in den GIM Reisen vielleicht auch mit diesem Geschwister zu tun hatten, das nicht leben durfte (und möglicherweise in der folgenden beschriebenen Sitzung wieder vorkam). Vordergründig aber litt sie vor allem an der kollektiven Biografie der Deutschen.

Eine GIM - Sitzung sei hier beschrieben, die diese Frage der Schuld aufgreift. Julias Seele findet hier als Lösung eine höhere Instanz in Gestalt eines Engels, der ihr das Gefühl von Vergebung vermittelt. Dazu trug eine sakrale Musik bei (Nr. 4. und 5.), die half, das Leid emotional auf diese andere Ebene zu bringen. Zu dem Einwand, dass die Klientin auf diese Weise durch solche Musik in eine Richtung manipuliert wurde, ist zu sagen, dass von der Therapeutin keine Imaginationen vorgegeben werden. Die Klientin projiziert auf die Musik das, was ihr seelisch in dem Moment etwas bedeutet oder was sie braucht. Es könnte auch Ablehnung sein, wenn die Lösung, dass sie überhaupt Vergebung empfinden darf, noch nicht reif ist.

Ausgangspunkt der Sitzung war folgender Traum:

Ich hatte meinen VW auf dem Polizeiparkplatz geparkt, weil ich eine Meldung machen wollte. Ich weiß aber nicht, was ich da melden wollte. Die Polizei hört mir gar nicht zu, sondern sperrt mich ein, weil ich im Parkverbot stehe. In der Zelle befindet sich ein Glasbehälter mit einem Fötus, der in Formaldehyd schwimmt. Es ist, als dämmerte ich in der Zelle vor mich hin. Durch einen Spalt sehe ich draußen eine Gruppe, die da fröhlich feiert. Ich möchte so gerne zu der Gruppe raus und bin auch kurz raus. Ich weine bitterlich, weil ich dazugehören möchte. Ich muss aber in die Zelle zurück.

Der Traum hatte ein starkes Gefühl von Verzweiflung und Sehnsucht hinterlassen. Als Musik wählte ich deshalb das GIM Programm „Sorrow“, zusammengestellt von Sierra Stearns (ohne Nr. 3).

Hier sei das mitgeschriebene Protokoll wiedergegeben:

Hörbeispiel 1. Marcello: Oboen-Konzert D-moll (Adagio)

Text in Klammer: Intervention der Therapeutin

.. (was nehmen Sie wahr?) Ich sehe das Baby, es ist in einem Glasbehälter so wie in der Anatomie (wie ist das für Sie?) etwas gruselig.... ... Ich bin jetzt weit weg... ich sehe die Szene von weit weg, wie *hinter* Glas... (was sehen Sie?) Ich sehe jetzt Julia in der Zelle sitzen. Sie ist wie anästhesiert. Sie wartet und wartet.... (worauf wartet sie?) Sie möchte so gern zu der Gruppe gehören. (Wie fühlt sich das an?) Ich habe Mitleid mit der Frau in der Zelle. Sie weiß gar nicht, warum sie nicht dazu gehören darf. Ich sehe jetzt den VW, ein altes Modell. Ich kann genau sehen, wo er vor der Polizeistation parkt. Sie parkt ganz ordentlich auf dem Parkplatz, um die Polizei um Hilfe zu bitten. Sie wollte eine Meldung machen, aber sie wurde

bestraft und ins Gefängnis gesteckt. Sie kann nicht sprechen oder erklären, weshalb sie Hilfe brauchte. Sie weiß auch nicht warum sie falsch geparkt haben soll.... [nachdenklich] Sie fuhr diesen *Volkswagen*, ein altes Modell aus –ach ja- der Nazizeit! ... Das will wohl niemand wissen, das soll man ja nicht laut sagen.... Der Volkswagen ist für viele Leute immer noch etwas, worauf sie ganz besonders stolz sind. Aber die dunkle Seite dieses Autos, die soll bloß niemand sehen.

Hörbeispiel 2. Stück: Elgar: Cellokonzert Op. 85, 1. Satz

... (Was ist jetzt?)Julia ist noch in der Zelle (wie fühlt sie sich?) Tja, da ist auch Stolz... Ein gewisser Stolz, stark zu sein (wo fühlen Sie den?) im Kopf, so ein Trotz...Ich weiß nicht, was ich melden sollte, höchstens meine Traurigkeit, aber die versteht niemand.... Die Leute da draußen ermutigen mich zwar zu sprechen, aber ich zögere.... Ich bin so traurig. (Lassen Sie die Musik Ihre Traurigkeit begleiten!)...[Klientin weint]... Ich kann ihnen zwar Fakten erzählen, aber... Ich möchte einfach verstanden werden... Hinter den Fakten ist so viel, das kann ich gar nicht sagen.... Ich habe so oft gehört „Das ist Dein Volk. Ihr Deutschen habt den Krieg angefangen, geschieht Euch doch recht, wenn auf *Euch* Bomben fallen“.... Ich fühle mich so traurig darüber. Ich möchte Vergebung... Ich fühle mich hilflos und unnütz.... Ich muss in die Zelle. Ich muss mich strafen lassen für alle Deutschen. Ich sitze dort...

Hörbeispiel 3. Stück: Barber: Adagio für Streicher

Die Generation meiner Eltern hat geschwiegen. Ich versuchte immer, besonders im Ausland, eine gute Deutsche zu sein. Guten Eindruck machen, aber manche Leute haben mich sehr gedemütigt (wie fühlt sich das jetzt an?) ...ich muss es aushalten.... [bei etwa 4 Minuten] Etwas öffnet sich... Ich sehe Licht in meinen Augen, ein grün-graues Licht... ich liege auf dem Boden der Zelle... die Decke ist weiß... sie öffnet sich.... [bei 4.57 Minuten] es ist keine Wand mehr um mich herum... Der Himmel ist dort [die Klientin breitet die Arme nach oben aus, die Augen bleiben geschlossen]. Ich kann meine Arme sehen, als ob sie materiell wären ein Schatten.... ein Nebel...da sind auch Engel (können die Engel Sie sehen?) Ja

Hörbeispiel 4. und 5. Swiridow : aus Drei Chorusse zu „Zar Feodor Iwanowitsch“ (2. und 3. Chorus)

.... der Engel versteht mich... es ist ein Gefühl von Vergebung...[weint]... Das bringt mich auch dahin, dass ich X [einem englischen Freund] vergeben kann. (Können Sie ihm das sagen?).... [entschuldigend] Er war ja nur ein kleiner Junge im Krieg. Er lebte in London. Die Deutschen waren seine Feinde. Wir können jetzt aber besser sprechen. Ich glaube, er versteht mich etwas besser.... [weint]... Ich bin doch *auch* nur ein menschliches Wesen und stehe nicht über den Dingen....(können Sie die Vergebung fühlen?) ja, die Vergebung: die behalte ich in meinem Herzen....

Hörbeispiel 6. Mozart: Ave verum Corpus, KV 618

...Ich bin so berührt von dieser wunderbaren Musik... [weint].... Wie kann jemand so etwas Tiefes so einfach schreiben!.... Ich sehe jetzt wieder das Baby in dem Glasbehälter. Aber das Baby hat jetzt ein altes Gesicht, ein Greisengesicht.... Dieser Glasbehälter ist das Weltall, irgendwie hat er eine Qualität von der Tiefe des Himmlischen.... Ja, das ist ein Geschenk

(können Sie das mitnehmen und bewahren, wenn Sie nun in die Realität zurückkommen?) ja, das kann ich.

Julia ging mit Hilfe von GIM tief ins Erleben ihrer Schuldgefühle und erfuhr dadurch etwas, was man vielleicht mit Gnade bezeichnen könnte: dadurch, dass sie aus einer klarbewussten (KBW) Perspektive die Zusammenhänge ganzheitlicher erkennen konnte und eine höhere Instanz fand, die sie verstand, konnte sie Schuldgefühle verarbeiten.

Der Volkswagen spielt eine besondere Schlüsselrolle. Interessanterweise war Julia im normalen Wachzustand nicht bewusst, dass der erste VW tatsächlich 1934 von Porsche (also nach Hitlers Machtergreifung) konstruiert wurde. Er wird in der GIM -Reise zum Symbol für den erfolgreichen Deutschen, der aber seine dunkle Vergangenheit verschweigt.

Viele Themen, die in der Improvisation nicht in *dieser* Tiefe zum Ausdruck gekommen wären, konnten in dieser GIM Sitzung durchgearbeitet werden:

- Die Anästhesierung der Gefühle, unschuldig schuldig geworden zu sein
- Eine gute Deutsche sein müssen, wieder gutmachen müssen (als Ärztin helfen)
- Nicht verstanden oder sogar bestraft zu werden, wenn Wahrheiten gemeldet werden
- Keine Hilfe bekommen, alles allein aushalten müssen
- Einsamkeit und Sehnsucht nach Zugehörigkeit zu einer Gruppe
- Nicht integrieren können, dass der Nationalsozialismus (Symbol des „Volkswagen“) auch später weiter existierte
- dass sie dem Freund, der aus eigener Verletzung die Deutschen pauschal verurteilte, vergeben konnte
- aber auch Vergebung von „oben“
- das Baby im Glasbehälter als Symbol für Kindermord oder Leben, das nicht gelebt werden durfte sowie das Baby mit dem Greisengesicht, das als „Archetypus des göttlichen Kindes“ (Jung) die Dinge aus der Distanz versteht und die Klientin leitet (vgl. dazu auch Frohne-Hagemann 2002,13).

Das Fazit meiner Ausführungen sei folgendermaßen zusammengefasst:

Die musiktherapeutische Improvisation hat einen besonderen Stellenwert bezüglich der Beziehungserfahrungen, die wir mit anderen Menschen erlebt haben und die im Hier und Jetzt der Improvisation wieder reinszeniert werden können. Die Improvisation verdeutlicht das

Übertragungsgeschehen in der konkreten Interaktion und kann mit Hilfe der ausgelösten Imaginationen auf eine milde Weise aufgeschlüsselt werden.

Wenn dies noch zu direkt ist, soll die Musik dem Klienten sozusagen allein gehören, entweder, damit er sich erst einmal spielerisch selber erleben und ausdrücken kann, ohne auf den Therapeuten achten zu müssen, oder, wenn dies zu bedrohlich ist, indem Übertragungen erst einmal auf gehörte Musik gelenkt werden können. Hier wäre zu entscheiden, wann Improvisation oder Rezeptive Musiktherapie gerade besser ist.

Für die Bearbeitung tiefer kollektiver und existentieller Themen, die z.B. mit Schuld und Vergebung zu tun haben, ist die Improvisation m.E. jedoch nicht ausreichend. GIM dringt in sehr tiefe persönliche und kollektive Schichten, die sowohl psychodynamisches, prä- und transpersonales Material umfassen als auch eine spirituelle Dimension.

In vielen Fällen ist die Kombination beider Methoden beim selben Klienten sinnvoll, weil auf diese Weise Beziehungsarbeit mit psychodynamischen, existenziellen und auch spirituellen Themen in einer umfassenden Breiten- und Tiefendimension stattfinden kann.

Ich bin dankbar, beide Formen der Musiktherapie gleichberechtigt einsetzen zu können. Sie bereichern meine Arbeit in wunderbarer Weise.

Literatur

Ainsworth, M.D.S., Blehar, M.C., Waters, E. und Wall, (1978): Patterns of attachment.

Hillsdale, N.J.: Erlbaum.

Bonny, H. (1978a). Facilitating GIM Sessions. Salina, KS: The Bonny Foundation.

Bonny, H. (1978b). The Role of Taped Music Programs in the GIM Process. Salina, KS: The Bonny Foundation.

Bowlby, J. (1975): Bindung. Eine Analyse der Mutter-Kind-Beziehung. München.

ders. (1983): Verlust, Trauer und Depression, Frankfurt/M.

Dornes, M. (2001): Der kompetente Säugling, Frankfurt

Frohne-Hagemann, I. (1997): Die heilende Beziehung und ihre Gestaltung. In: Petzold,

H./Müller, L. (Hrsg): Musiktherapie in der klinischen Arbeit, G. Fischer Verlag, Stuttgart

Frohne-Hagemann, 2002 Vom Sinn und Unsinn des Nachnährens. In: Moreau/Wölfl (Hrsg):

Zur Idee des therapeutischen Nachnährens – was kann Musiktherapie leisten?, Wiesbaden,

Frohne-Hagemann, I. (2003): Musiktherapie bei Persönlichkeitsstörungen. In: Kernberg/

- Buchheim/Dulz/Eckert/Hoffmann/Kapfhammer/Sachsse/Saß/Zaudig (Hrsg.):
Persönlichkeitsstörungen und der Körper. PTT Persönlichkeitsstörungen –Theorie
und Therapie, 3/2003, 7. Jg., Schattauer
- Frohne-Hagemann, I. (2004): Rezeptive Musiktherapie aus der Sicht Integrativer
Musiktherapie (IMT). In: Frohne-Hagemann, I. (Hrsg.): Theorie und Praxis
rezeptiver Musiktherapie, Wiesbaden
- Main, M., Salomon, J. (1986) : Discovery of an Insecure-Disorganized/Disoriented
Attachment Pattern. In T. B. Brazelton & M. W. Yogman (Eds.), Affective
development in Infancy. Ablex Publishing Corporation.
- Schumacher, K: (2000): Säuglingsforschung und Musiktherapie, Frankfurt
dies., (2000): Musiktherapeutische Konzeption auf der Basis der Säuglingsforschung.
In: Schwabe, Chr., Crossener Schriften zur Musiktherapie XII S.266- 273
- dies., Calvet-Kruppa, C. (2002): Musiktherapeutische Interventionen, Videofilm
- Sroufe, L. A. 1996. Emotional Development. The organization of emotional life in the early
years. Cambridge University Press.
- Stern, D. (1992): Die Lebenserfahrung des Säuglings, Stuttgart
- Wärja-Danielsson, M (1999): Musik und Mythos – eine Reise durch die Unterwelt. In:
Frohne-Hagemann, I. (Hrsg.): Musik und Gestalt. Klinische Musiktherapie als
integrative Psychotherapie, Göttingen