

Die Audiobiografie steht in einem engen Zusammenhang mit der persönlichen Entwicklung des hörenden Individuums und umfasst den gesamten Vergangenheitsbezug einer Psychologie des Hörens im betreffenden Individuum (vgl. Waid 2015, S. 137–153). Sie konstituiert sich also aus der Gesamtheit der Höreindrücke, die ein Individuum bewusst oder unbewusst nachhaltig geprägt haben (vgl. Waid 2015, S. 138) und wirkt zugleich moderierend auf das Hörerleben des Menschen. Sie bedingt dadurch interindividuelle Unterschiede sowohl in der Einstellungsstruktur in Bezug auf Musik und Klang als auch im konkreten Hör-Handeln von Individuen. Da das Hören beim Menschen stets eingebettet in einen Kontext, also situiert erfolgt (siehe Kap. 1), ist die Audiobiografie auch charakterisiert von Kontextinformationen, die gemeinsam mit einem Hörereignis vom Individuum als bedeutsam eingestuft wurden oder dieses auch mitkonstituieren (vgl. Waid 2015, S. 36–44, S. 58 f.). Darüber hinaus lässt sich die Audiobiografie in ihrem Ursprung und ihrer Entwicklung systematisch beschreiben (vgl. Waid 2015, S. 141–153). In diesem Kapitel wenden wir uns der Strukturierung der Audiobiografie (Abschn. 2.1), ihrem Beginn in der Ontogenese des Menschen (Abschn. 2.2), ihren exemplarischen Stationen in Form von prägenden Hörerlebnissen (Abschn. 2.3) sowie ihrer intra- und interindividuellen Variabilität (Abschn. 2.4), den Typen des Hörens (Abschn. 2.5) und schließlich den aus diesen thematischen Bereichen ableitbaren Implikationen für die therapeutische Praxis (Abschn. 2.6) zu.

2.1 Die Strukturierung der Audiobiografie

Die Audiobiografie beim Menschen lässt sich mittels der Kategorien

1. Chronologie des Hörens,
2. Topografie des Hörens,
3. Bezugspersonen,
4. Bedeutungsrelationen sowie
5. Kontinuität und Variabilität des Hörens

strukturieren und näher beschreiben (vgl. Waid 2015, S. 141–148). Damit sind die zeitlichen, örtlichen und sozialen Dimensionen der Audiobiografie gemeinsam mit Aspekten ihrer Entwicklung und der Zuschreibung von Bedeutungen in diesem Konstrukt erfasst. Jedes einzelne Hörerlebnis lässt sich somit aufgrund seiner zeitlichen und örtlichen Positionierung im Lebenslauf, der Verbindung mit Interaktionspartnern und der Differenzierung zwischen Denotationen und Konnotationen von Musik und Klang definieren. Eine Sonderstellung in der Charakterisierung von persönlich bedeutsamen Hörereignissen nehmen Klang-Konnotationen ein, die über die Verknüpfung von Hör-Erinnerungen mit konkreten Lebenssituationen Aufschluss geben können (vgl. Waid 2015, S. 146, 303–312). Darüber hinaus gibt die Summe der prägenden Hörerinnerungen, die in der Entwicklung einer Psychologie des Hörens auf der Basis von autobiografischen Aussagen von Menschen erhoben wurden (vgl. Waid 2015, S. 100–120), Aufschluss über typische Entwicklungslinien innerhalb der Audiobiografie. Doch wann beginnt der Mensch denn überhaupt zu hören? Dieser Frage wollen wir im folgenden Exkurs nachgehen.

2.2 Der Beginn der Audiobiografie – pränatales Hören

Hopkins und Johnson (2005; zit. in Parncutt 2009, S. 219) betonen gemeinsam mit Smotherman und Robinson (1990; zit. in Parncutt 2009, S. 219) die entscheidende Bedeutung der pränatalen Phase für die allgemeine Entwicklung des Menschen. Parncutt (2009, S. 219) gibt dabei zu bedenken, dass die zentrale Rolle der pränatalen Entwicklung in der Natur-Umwelt-Debatte lange übersehen wurde.

Vor diesem Hintergrund wollen wir zunächst einmal zwischen

1. pränatalem,
2. perinatalem und
3. postnatalem

Hören unterscheiden. Das Hören – und damit auch das Wahrnehmungslernen (vgl. Parncutt 2009, S. 222) – beginnt bereits im Mutterleib, verändert sich ab dem Zeitpunkt der Geburt durch den Übergang von einem flüssigen Medium in das der Luft und entwickelt sich nach der Geburt in Abstimmung mit der neuronalen Hörbahn und dem auditorischen Cortex zeitlebens weiter (vgl. Waid 2015, S. 48–53).

Parncutt (2009, S. 220) spricht von einer Aufnahme der Cochlealtätigkeit in der 20. Woche, einem Erreichen der Erwachsenengröße der Cochlea (Schnecke, für das Hören maßgeblicher Teil des Innenohrs) in der 25. Woche und einer Weiterentwicklung derselben bis zur Geburt. Im selben Zeitraum kann auch der Beginn des Hörens angesetzt werden. Hüther (2005, S. 85 f.) weist in diesem Zusammenhang darauf hin, dass sich der tatsächliche Beginn der Hörfähigkeit nur indirekt erforschen lässt. Schick (2012, S. 52 f.) nennt in diesem Zusammenhang 1) Schreckreaktionen des Fötus auf laute Geräusche sowie 2) die Aufnahme motorischer Aktivität (z. B. das Treten gegen die Bauchdecke der Mutter) als Indikatoren für die Aufnahme der Hörfähigkeit. Nach Parncutt (2009, S. 220) ist es dem Fötus durch die höhere Schallgeschwindigkeit in einem flüssigen Medium und die geringen Laufzeitunterschiede zunächst allerdings noch nicht möglich, Schallquellen zu identifizieren.

Toop (2010, zit. in Waid 2015, S. 49) spricht im Vergleich von Hören und Sehen von einer pränatalen Dominanz des Hörsinns und einer postnatalen Dominanz des Sehsinnes. Parncutt (2009, S. 220) erweitert diese Sichtweise auf eine pränatale Dominanz des Hörsinns auch gegenüber taktilen, olfaktorischen und gustatorischen Sinneseindrücken. Diese lässt sich nach Hüther (2005, S. 85 f.) und Parncutt (2009, S. 221) vor allem auf

1. den Herzschlag,
2. Organklänge,
3. die Atmung,
4. Schritte und
5. den Stimmklang der Mutter sowie
6. weitere Klänge

zurückführen, die von außen zum Fötus durchdringen. Dieser ist nach Parncutt (2009, S. 221) somit unterschiedlichsten akustischen Informationen ausgesetzt.

Die pränatale Wahrnehmung akustischer Merkmale erfolgt in erster Linie prosodisch (vgl. Hüther 2005, S. 87 f.). Parncutt (2009, S. 223 f.) betont das Zusammenspiel von Klang, Bewegung und Emotion in der intrauterinen Lebenswelt des Fötus.

Eine als klassisch einzustufende Untersuchung von DeCasper und Fifer (1980; zit. in Parncutt 2005, S. 22; Parncutt 2009, S. 221 f.; Spitzer 2002, S. 155) zeigte, dass zwei Tage alte Säuglinge bereits die Stimme der Mutter von anderen unterscheiden konnten. DeCasper und Spence (1986; zit. in Spitzer 2002, S. 155) konnten unter Verwendung derselben Methode auch eine Präferenz für pränatal bereits gehörte Geschichten nachweisen.

Tomatis (2009, S. 168) stellt fest, dass das Gehör peri- und postnatalen Adaptationserfordernissen unterliegt – immerhin handelt es sich bei der Geburt im Hinblick auf das Hören beim Menschen um einen Übergang von einem flüssigen Medium in das der Luft.

In der postnatalen Entwicklung des Hörens beim Menschen hebt Schick (2012, S. 100) das kontinuierliche Sinken der Hörschwelle (das ist die minimale Lautstärke oder der Schallintensitätspegel, bei dem Schallquellen mit einer bestimmten Frequenz wahrgenommen werden können), die erst (oder bereits) im Alter von zwei Jahren das Erwachseneniveau erreicht sowie die Reifung der Hörbahn durch Myelinisierung und synaptische Verbindungen hervor.

Damit ist der Beginn der Audiobiografie eindeutig pränatal zwischen der 20. und 24. Schwangerschaftswoche zu verorten. Diese frühesten Hörerfahrungen sind allerdings einer empirischen Erhebung im Sinne der hier vorgestellten Psychologie des Hörens nur schwer zugänglich.

Zusammenfassend kann also gesagt werden, dass es sowohl quantitativ als auch qualitativ pränatal mehr zu hören als zu sehen gibt; wir sind bereits vor unserer Geburt in Klänge eingebettet und lernen so sehr früh, dass Hören, Bewegen und Fühlen untrennbar miteinander verbunden sind.

In der Erfüllung der von Hüther (2005, S. 125–148) definierten Grundbedürfnisse des Menschen, nämlich Autonomie (im Sinne von Über-sich-Hinauswachsen) und Verbundenheit (vgl. Schnarch 2011, S. 72, 98–100), kann die pränatale Phase der menschlichen Entwicklung wohl als Urzustand der Geborgenheit definiert werden (vgl. Mogel 2016, S. 14). Diese frühe Klangkulisse, in die wir zu Beginn unseres Lebens eingebettet sind, kann auch als Erklärungsgrundlage für die Sehnsucht nach Naturklängen (vgl. Waid 2015, S. 259–266) und die positive Bewertung derselben herangezogen werden. Kennen Sie zum Beispiel die Hörerfahrung, wenn Sie einem tosenden Ozean lauschen, oder auch einem Wasserfall? In dieser

lautstarken Klangkulisse finden manche Menschen die Stille. Ein Beleg dafür, dass Lärm eine von der persönlichen Audiobiografie moderierte qualitative Größe ist und sich in dem hier vorgestellten Verständnis nur bedingt quantifizieren lässt.

2.3 Exemplarische Stationen der Audiobiografie

Die Chronologie des Hörens lässt sich in die folgenden Subkategorien einteilen:

1. Frühe Kindheit,
2. Primarstufe,
3. Sekundarstufe 1,
4. Sekundarstufe 2 sowie
5. Erwachsenenalter (vgl. Waid 2015, S. 141).

Damit greift diese Kategorisierung auf die durch ökopsychische Übergänge (vgl. Mogel 1984, S. 150–160) getrennten strukturierten Abschnitte in unterschiedlichen institutionalisierten Ökosystemen zurück (vgl. Waid 2015, S. 141). Besonders das Auftreten von Hörereignissen, die vor dem Schuleintritt stattfanden und von Erwachsenen erinnert werden, begünstigen das Auftreten von beruhigendem Hören (siehe Kap. 4). Die CUP-Theorie des Hörens (vgl. Waid 2015, S. 355–360) kann zur Beschreibung der ontogenetischen Entwicklung des Hörens als Differenzierungs- und Integrationsprozess (vgl. Mogel 2008, S. 229–237) herangezogen werden. Dabei wird die Entwicklung des hörenden Individuums auf einem Kontinuum vom Erleben der Wirkungen (Chromatik) über die Nutzung der Funktionen von Musik und Klang (Utilität) bis hin zur Erschließung einer interindividuell unterschiedlich ausgeprägten, doch für den Menschen grundsätzlich erreichbaren Vielfalt im Hörerleben und Hörverhalten (Polyvalenz) dargestellt. Exemplarische Stationen Ihrer Audiobiografie lassen sich nun auf der Grundlage dieser beiden Konstrukte identifizieren, zunächst in der deskriptiven Betrachtung für Sie prägender Lebensereignisse, bei denen Musik und Klang für Sie eine wichtige Rolle gespielt haben. Es wurde bereits darauf hingewiesen, dass diese Ereignisse vor allem durch Kontextvariablen wie Bezugspersonen, Beschaffenheit des Hörraumes und persönliche emotionale Gestimmtheit definiert sind.

Fragen Sie sich also zunächst, an welche prägenden Hörerfahrungen können Sie sich erinnern? Was ist Ihre erste Erinnerung an Musik und Klang, wenn Sie in Ihrem Lebensfilm bis an die Anfänge zurückgehen? Welche Interaktionspartner aus Ihrem Umfeld tauchen dabei auf? Welche Emotionen verbinden Sie in der

Rückschau damit? Welche akustischen Phänomene haben Ihre Aufmerksamkeit als Kind, als Jugendliche/-r auf sich gezogen? Wenn Sie eine bestimmte prägende Hör-Situation auswählen müssten, welche wäre es? Und nicht zuletzt die Frage: Was taucht bei Ihnen persönlich auf, wenn Sie beginnen, sich mit Ihrer persönlichen Audiobiografie auseinanderzusetzen? Ich lade Sie ein, Ihre persönliche Hörgeschichte, die – so wie Sie selbst – einzigartig ist, zu erforschen. Verschaffen Sie sich also zunächst einen Überblick über Ihre Audiobiografie, indem Sie die chronologischen Abschnitte Schritt für Schritt durchgehen. Stellen Sie sich dann die Frage, wie Sie Ihre Audiobiografie weiter gestalten möchten. Was würden Sie gerne in den nächsten Minuten, Stunden, Tagen, Wochen, Monaten oder auch Jahren hören? Welche Klänge und welche Musik würde Ihnen persönlich unmittelbar Freude bereiten? Und woher kennen Sie dieses Gefühl bereits? Welche Musik regt Sie dazu an, im Groove der Musik mit zu wippen oder zumindest mit dem Knie zu zucken?

Wir haben jetzt sehr unvermittelt den Übergang von der Theorie zur persönlichen Auseinandersetzung gewagt. Dies scheint mir unabdingbar zu sein, da ich Ihnen nicht nur die Möglichkeit geben möchte, die Erkenntnisse einer Psychologie des Hörens mit Ihrer therapeutischen Tätigkeit, sondern auch mit Ihren Lebenserfahrungen in Beziehung zu setzen. In einem weiteren Schritt können Sie Ihre Audiobiografie mit der Lupe der CUP-Theorie betrachten und für Sie wichtige Ereignisse in den Bereichen

1. Chromatik (Erleben der Wirkungen),
2. Utilität (Nutzung der Funktionen) sowie
3. Polyvalenz (Vielfalt des Hörens)

identifizieren. Um Ihnen dieses persönliche Forschungsprojekt zu erleichtern, habe ich Ihnen im Folgenden neben einigen Zusatzinformationen und ausgewähltem Datenmaterial zu exemplarischen Stationen der Audiobiografie auch Hinweise zur Erfassung intra- und interindividueller Variabilität sowie Typen des Hörens zusammengestellt.

2.4 Intra- und interindividuelle Variabilität

Unterschiede und Gemeinsamkeiten in Bezug auf die Entwicklung des Hörens können bezogen auf den Einzelfall (intraindividuell) oder im Vergleich mehrerer Fälle (interindividuell) untersucht und festgestellt werden. Im Folgenden stelle ich vor allem übergeordnete Aspekte der Variabilität des Hörens in der

Audiobiografie dar, die ich im Zuge der Datenanalyse auf der Basis von empirischen Erhebungen in fünf europäischen Ländern identifizieren konnte (vgl. Waid 2015, S. 235–239):

1. Unterschiedliche audiobiografische Phasen des Musikhörens,
2. Unterschiedliche audiobiografische Phasen des Musikmachens,
3. Unterschiedliche Modi der Nutzung (von Musikmedien),
4. Besuch von öffentlichen Hörorten,
5. Variabilität durch Nutzungshäufigkeit,
6. Hörstationen in der Audiobiografie,
7. Einstellungsstruktur zu Musik und Klang,
8. Relativierung früher Begeisterung durch Professionalisierung,
9. Intraindividuelle Entwicklung von stimmungsverstärkendem und stimmungsveränderndem Hören (vgl. Waid 2015, S. 235–239).

Fragen Sie sich also selbst: Wie sieht es mit der Variabilität in Ihrer Audiobiografie aus? Gibt es klar definierbare unterschiedliche Phasen in Bezug auf das Hören oder Machen von Musik? Hat sich Ihr Umgang mit Medien zur Wiedergabe und Produktion von Musik und Klang verändert? Wenn ja, inwiefern? Haben sich die öffentlichen Orte, die Sie aufsuchen, um Musik zu hören, im Laufe Ihres Lebens signifikant verändert? Hat sich die Häufigkeit, mit der Sie Medien zur Musikwiedergabe und -produktion verwenden, verändert? Gibt es exemplarische Lebensereignisse, die für eine klar abgegrenzte Phase in Ihrer Audiobiografie stehen? Hat sich Ihre Einstellung zu Musik und Klang durch bestimmte Erfahrungen gewandelt? Hat sich auch bei Ihnen eine früh manifestierte Begeisterung über Musik in Ihrem persönlichen Umfeld durch die eigene Professionalisierung relativiert? Setzen Sie Musik und Klang eher stimmungsverstärkend oder stimmungsverändernd ein? Hat sich dieses Hörverhalten im Laufe Ihres Lebens verändert? Wenn ja, inwiefern?

Die Konstrukte des stimmungsverstärkenden, stimmungsverändernden und stimmungskorrespondierenden Hörens (vgl. Waid 2015, S. 251–257) werden in Abschn. 4.4 näher erläutert.

2.5 Typen des Hörens

Auf der Grundlage dichotom angenommener Merkmalsausprägungen wurde eine erste Typenbildung in Bezug auf das Hören beim Menschen unternommen, wobei diese ersten Typen des Hörens als „Abschotter“ und „Kontakter“, „Integrierer“ und „Variierer“, „Analytiker“ und „Synthetiker“, „Medial Inspirierte“ und „Real

Inspirierte“ sowie „Musikhörer“ und „Musikmacher“ bezeichnet wurden (vgl. Waid 2015, S. 312–347). In diesem *essential* zeige ich Ihnen, wie die Typen des Hörens in einer Audiobiografie dynamisch zusammenwirken und auch zur Erklärung audiobiografischer Entwicklungen beitragen können. Gleichzeitig verbinde ich die oben genannten Zugänge der chronologischen und funktionalen Strukturierung der Audiobiografie mit den im Einzelfall klassifizierbaren typischen Erscheinungsformen. Dabei gehe ich zunächst einmal chronologisch vor, da sich ja auch die Audiobiografie von den frühesten Hörerfahrungen des Fötus an chronologisch entfaltet und konstituiert. Eine Frage, die sich bei jedem Menschen sehr früh in seinem Leben stellt, ist die Frage nach seinen engsten Bezugspersonen. Vor allem in der frühen Kindheit kann hier durch eine anregende Hörumgebung, durch die Präsenz von Musik in Form von Medien oder auch selbst gemachter Musik eine solide Grundlage für das spätere Hören und auch Machen von Musik geschaffen werden. Dabei ist beobachtbar, dass Menschen, für die Musik und Klang in ihrem Leben eine besondere Rolle einnehmen, real oder auch medial inspiriert werden können. Dabei steht eine überwiegende Erfahrung mit realen Bezugspersonen für den Typus „Real Inspiriert“ und eine Dominanz von medialen Vorbildern für „Medial Inspiriert“ (vgl. Waid 2015, S. 330–335).

Bei allen hier vorgestellten Typen sind auch Mischformen möglich. Nach frühen audiobiografischen Erfahrungen, die entweder vorrangig von realen Bezugspersonen oder durch mediale Vorbilder geprägt sind, entscheidet sich oft im Kindes- und Jugendalter, ob ein Mensch auch zum Musikmacher wird. Die Typen „Musikhörer“ und „Musikhörer und Musikmacher“ basieren also auf der Unterscheidung zwischen Menschen, die Musik und Klang ausschließlich hörend konsumieren und denjenigen, die an einer bestimmten Stelle der Audiobiografie auch beginnen, Musik zu machen (wobei wiederum Rückschlüsse auf die zuvor beschriebene Phase der ursprünglichen Inspiration möglich sind). Dabei geht es in der Klassifizierung als Musikmacher weniger um das Erreichen eines professionellen Levels, sondern vielmehr um die aktive und handelnde Auseinandersetzung, die wiederum zu Variabilität im Hörerleben und Hörverhalten führen kann.

Auf einer dritten Ebene unterscheiden wir zwischen „Analytikern“ und „Synthetikern“ (vgl. Waid 2015, S. 326–330). Die empirischen Erhebungen zur Psychologie des Hörens haben gezeigt, dass sich „der Modus des Hörens durch die extensive Beschäftigung mit Musik (Musikmachen) verändert“ (Waid 2015, S. 326), nämlich analytischer wird. Daher liegt eine Unterscheidung zwischen vorwiegend analytischem und synthetischem Hören nahe. Sie können das auch selbst bei einem Hörereignis an einem öffentlichen Hörort (zum Beispiel im Konzert) ausprobieren. Je nach Vorinformation oder auch Einstimmung,

persönlichen Präferenzen und auch Ihrem eigenen Background als Musikhörer/-in oder Musikmacher/-in werden Sie Ihren Fokus im Konzert auf jeweils unterschiedliche Aspekte richten. Die Einflussnahme von Hören und Machen ist als wechselseitig zu klassifizieren: Was Sie hören beeinflusst wie Sie spielen und was und wie Sie spielen wirkt sich wiederum auf Ihre Art zu hören aus! Wir haben also bisher folgende Stationen in der Audiobiografie kennengelernt, die für die Klassifizierung in Form von den hier vorgestellten Hörtypen relevant sind:

1. die primären Quellen der Inspiration,
2. die Unterscheidung zwischen Musikhörern und Musikmachern sowie
3. analytisches und synthetisches Hören.

Darüber hinaus können wir hörende Menschen auch in Bezug auf den Umgang mit ihrer natürlichen Hörumwelt als „Abschotter“ und/oder „Kontakter“ beschreiben (vgl. Waid 2015, S. 314–322). Dabei richten wir unseren Fokus auf die Art und Weise, in der Menschen mit ihrer Umwelt akustisch in Kontakt stehen oder sich von ihr abschotten wollen. Die Verwendung von portablen Geräten zur Musikwiedergabe ermöglicht diese Abschottung und wird gerade von Jugendlichen und jungen Erwachsenen oft genutzt. Im Zuge der Theoriebildung zur Psychologie des Hörens konnten bei diesem Typus Hinweise auf einen Zusammenhang mit dem Befragungsland (vgl. Waid 2015, S. 319) und der Häufigkeit der Nutzung portabler Medien (vgl. Waid 2015, S. 321) aufgezeigt werden. Die Beschaffenheit des akustischen Ökosystems, in dem wir uns tagtäglich aufhalten und die Verfügbarkeit portabler Medien zur Klangwiedergabe dürften somit ausschlaggebend für das Abschotten oder Kontakthalten mit der akustischen Umwelt sein. Auch die Frage nach der Einstellungsstruktur zur Stille (vgl. Waid 2015, S. 257–259) ist in diesem Kontext zu stellen, denn es konnte gezeigt werden, dass die Typisierung als „Abschotter“ und/oder „Kontakter“ von einer positiven bzw. negativen Einstellungsstruktur zur Stille abhängt: 71 % der als Abschotter klassifizierten Interviewpartner zeigten eine negative Einstellungsstruktur zur Stille, während 70 % der Kontakter eine positive Einstellungsstruktur zur Stille aufwiesen (vgl. Waid 2015, S. 322).

Fragen Sie sich also selbst: Wie sind Sie mit Ihrem akustischen Ökosystem in Kontakt? Welche Klänge hören Sie besonders gerne? Welche Klänge meiden Sie? Wann verspüren Sie den Wunsch, sich von Ihrer akustischen Umgebung abzuschotten und einen eigenen Hörraum zu kreieren? Als letzte Ebene, auf der bisher eine Unterscheidung nach Typen erfolgt, ist die Entwicklung der Audiobiografie in Bezug auf das Hören von Musik zu nennen. Daher ist diese Klassifizierung

auch nur im Rückblick auf die bisherige Audiobiografie zu eruieren. In diesem Zusammenhang unterscheiden wir zwischen „Integrierern“ und „Variierern“ (vgl. Waid 2015, S. 322–326). Fragen Sie sich selbst: Gibt es in Ihrer Audiobiografie konkret abgrenzbare und definierbare Phasen, in denen Sie die Musik, die Sie hören, gewechselt haben? Dann wären Sie vermutlich dem Typ „Variierer“ zuzuordnen. Oder haben Sie Ihr persönliches Repertoire im Laufe Ihrer Audiobiografie vielmehr kontinuierlich erweitert, das heißt Neues entdeckt und dieses Neue unter Beibehaltung Ihrer bisherigen Präferenzen integriert? Dann wären Sie wohl eher im Bereich der „Integrierer“ beheimatet. Sie merken sicher, dass diese als dichotom angenommenen Merkmale gar nicht so dichotom sind und es sich bei den Ebenen der Audiobiografie eher um ein Kontinuum handelt, bei dem viele Mischformen möglich sind. Zudem ist die Audiobiografie ein lebendiges, offenes und dynamisches System, daher nimmt es kaum Wunder, dass fixe und starre Zuordnungen in diesem Zusammenhang kaum möglich sind. Sie haben nun fünf Typen des Hörens kennengelernt und auch bereits versucht, daraus Rückschlüsse auf Ihre eigene Audiobiografie zu ziehen. Nun wenden wir uns im Folgenden dem Transfer zum therapeutischen Prozess zu.

2.6 Die Audiobiografie im therapeutischen Prozess

Audiobiografie und Hörerleben können auf der Basis einer persönlichen Auseinandersetzung auch in der therapeutischen Praxis im Kontakt mit Klienten thematisiert werden. Dabei steht das Erleben von Musik und Klang als persönliche Ressource im Vordergrund. Ganz unabhängig davon, welcher psychotherapeutischen Schule Sie angehören oder welche psychotherapeutischen Methoden Sie bevorzugt verwenden oder ob Sie vielmehr Musiktherapeut/-in oder Berater/-in sind, die Audiobiografie und das Hörerleben Ihrer Klienten spielen stets in die Interaktionen im therapeutischen Gespräch hinein, indem Ihr Klient die bisher gemachte Erfahrung mit vertrauten Bezugspersonen (Interaktionspartnern) im therapeutischen Setting aktualisiert und dabei neue Erfahrungen in Bezug auf Zuhören und vor allem auch Aufmerksamkeit Erfahren und Gehört Werden macht. Lassen Sie uns also ergänzend dazu einen ersten proaktiven Schritt wagen und auch in der Therapie direkt Bezug auf Audiobiografie und Hörerleben nehmen. Dazu möchte ich Sie an dieser Stelle sehr herzlich einladen! Gehen Sie mit Ihrem Klienten auf Spurensuche nach prägenden Hörerfahrungen in unterschiedlichen Lebensabschnitten, so wie Sie es vielleicht bereits bei der Lektüre dieses Kapitels selbst getan haben. Erlauben Sie sich und Ihrem Klienten, sich vorerst

auf als positiv bewertete Erfahrungen mit Musik und Klang zu konzentrieren. Lassen Sie sich von diesen audiobiografischen Stationen im Leben Ihres Klienten erzählen und suchen Sie nach Indikatoren für das Erleben von Selbstwirksamkeit im Kontext von Musik und Klang.

Audiobiografie und Hörerleben
Eine Einführung für Psychotherapeuten,
Musiktherapeuten und Berater

Waid, A.

2016, VII, 48 S., Softcover

ISBN: 978-3-658-13525-6