

TransFormation und Musik
Gedanken zu Formbildungsprozessen durch die rezeptive
Musiktherapie-Methode ‚Guided Imagery and Music‘ (GIM)

TransFormation and Music
Thoughts on the Processes of Form Development Through the
Receptive Music Therapy Method ‚Guided Imagery and Music‘
(GIM)

Christa Steingruber, CH-Morges, Schweiz

Prozesse psychischer Transformation gehören zum musiktherapeutischen Alltag und folgen ihren eigenen Gesetzmäßigkeiten. Sie entstehen in der Therapiesituation aus dem Bestreben nach Veränderung und Heilung und sind sogleich Ziel jeder Therapie. Der vorliegende Artikel beschäftigt sich mit der schwer fassbaren Dynamik psychisch-transformativer Prozesse, wie sie sich in der musiktherapeutischen Methode ‚Guided Imagery and Music‘ (GIM) ereignen können. Theoretische Annäherungen zu Phänomenen psychischer Transformation bilden die Basis zum Verständnis verschiedener Fallbeispiele. Dabei kann es im Rahmen dieses Artikels lediglich um die Darstellung von zwei für die GIM-Therapie herausragenden Phänomenen transformativer Prozesse gehen: Momente besonderer Evidenz, hier als Gipfelerlebnisse (peak experiences) benannt, und Augenblicke der Wende (pivotal moments).

This article examines the meaning and the process of transformation within a music-psychotherapeutic frame and seeks to answer the question of how their expression is related to the method of ‚Guided Imagery and Music‘ (GIM). In order to understand this complex therapeutic process, the author uses a theoretical approach which includes concepts from both music and psychology to explain two transformational phenomena, namely peak experiences and pivotal moments. They are related to the author’s previous research project which focused on investigating psychological transformation.

Einleitung

Therapeutisches Geschehen hat komplexe Strukturen, die zur Erfassung und zum besseren Verständnis von Transformation und ihrer Prozesse bestimmter theoretischer Konzepte bedürfen. Im Rahmen dieser Arbeit¹ dienen Theorien aus der Psychotherapie und der transpersonalen Psychologie, humanistische und musikpsychologische Konzepte sowie Imaginationstheorien als Basis, um Transformation und Transformationsprozesse in der Auseinandersetzung mit der rezeptiven Musiktherapie-Methode *Guided Imagery and Music* nach Helen Bonny, auch BMGIM² genannt, zu erklären. In der Methode GIM³ kommen Kompositionen klassischer und romantischer Musikepochen zum Einsatz. Vom Therapeuten verbal begleitet, wird der Patient ermutigt, sich während der Musikhörphase seinem intuitiven Erleben zu überlassen und dieses verbal und nonverbal zu artikulieren. Dazu nimmt der Therapeut die emergierenden Expressionen auf und leitet sie durch verbale Techniken, tritt also in einen zum Hörprozess parallel verlaufenden Dialog mit dem Patienten. Anhand ausgewählter Beispiele aus meiner experimentellen Studie zur Ermittlung von Transformation werden wichtige Komponenten des GIM-Prozesses verdeutlicht; dadurch wird nachvollziehbar, warum sich die GIM-Methode eignet, um Transformationsprozesse erlebbar zu machen.

Helen Bonny hat ihre rezeptive Musiktherapie-Methode GIM in den frühen 1970er Jahren am Maryland Psychiatric Research Center in Baltimore, USA, entwickelt. Hier arbeitete sie als Musiktherapeutin und Forschungsassistentin in psycholytischer Forschung. Im Team des Psychiaters und Theologen Walter Norman Pahnke untersuchte sie die Auswirkungen klassischer Musik in Verbindung mit experimenteller Psychotherapie-Behandlung auf das Suchtverhalten von Alkoholikern und therapeutisch begleiteten Krebspatienten unter Anwendung von Drogen wie z. B. LSD. Noch vor dem Verbot von LSD in psychiatrischer Forschung im Jahr 1972 begann Bonny mit der Entwicklung einer neuen drogenfreien rezeptiven musik-psychotherapeutischen Methode: Ausgehend von einer vertieften Entspannung, die zu einem veränderten Bewusstseinszustand führen sollte, ließ sie eine Auswahl kurzer klassischer Stücke folgen, die auf die psychotherapeutische Arbeit

-
- 1 Der vorliegende Artikel entstand auf Grundlage der unveröffentlichten Masterthesis: Steingruber, C. (2013), *Transformation und Transformationsprozesse durch die rezeptive Musiktherapie-Methode Guided Imagery and Music*. Theoriearbeit zur Erlangung des Titels Master of Advanced Studies Klinische Musiktherapie, Zürcher Hochschule der Künste.
 - 2 Englische Abkürzung für: *The Bonny Method of Guided Imagery and Music*
 - 3 Zur besseren Lesbarkeit wird im Folgenden die Abkürzung GIM für Guided Imagery and Music gewählt. Der US-amerikanische Dachverband, die ‚Association of Music and Imagery (AMI)‘ definiert GIM in ihrer aktuellen Version als eine musikgestützte (music assisted) Transformations-Therapie. Internet: www.ami-bonnymethod.org. [Stand: 26.06.2015].

der Themen und Probleme des Patienten abgestimmt waren. Bonny entwickelte einen Sitzungsablauf in vier Phasen mit einer Serie von Musikprogrammen. Von den heute noch erhältlichen Programmen gehören die zwölf von Bonny erarbeiteten Musikzusammenstellungen zu den Kernprogrammen von GIM. Die klassische Form einer GIM-Sitzung findet im Liegen statt, dauert etwa 1,5–2 Stunden und ist in vier Abschnitte gegliedert: Das Vorgespräch oder ‚Prelude‘ als Einstimmung zwischen Patient und Therapeut dient der Vorbereitung für die Arbeit während der Musikhörphase. Die Induktion hilft der Entspannung und mentalen Fokussierung. Es folgt die Phase der Musik-Imaginationsreise, in der der Patient zu der vom Therapeuten ausgewählten Musik imaginiert und dabei von inneren Wahrnehmungen und Empfindungen berichtet. GIM-Therapeuten begleiten diese Phase mit nicht direktiven verbalen Interventionen⁴. Im Anschluss daran erfolgt nach Anwendung kreativer Aufarbeitungsmethoden (z. B. Malen – v. a. Resonanzbilder in Mandala-Form, Arbeiten mit Ton und anderen Materialien, Schreiben oder eigene musikalische Improvisation am Instrument) das Nachgespräch oder ‚Postlude‘, welches hilft, das im veränderten Bewusstseinszustand Erlebte zu integrieren. In der neueren GIM-Literatur wird der Übergang zwischen Musik-Imaginationsreise und dem ‚Postlude‘ oft als ausgesprochen eigenständiger Teil beschrieben und dabei ‚Rückkehr‘ genannt. So wird neuerdings eine GIM-Sitzung auch als fünfteilig verstanden.

Das lateinische Wort *Transformation* bezeichnet die Umformung oder Veränderung der Gestalt, Form oder Struktur. Der Begriff *Transformation* taucht vor allem auch in der transpersonalen Psychologie auf. Dieser Zweig der Psychologie erweitert diese um philosophische, religiöse und spirituelle Aspekte. In der Geschichte der Psychologie wird die transpersonale Psychologie neben Psychoanalyse, Behaviorismus und humanistisch existentieller Psychologie, der sogenannten Dritten Kraft der Psychologie, als die Vierte Kraft bezeichnet. Gegenstand der Untersuchungen sind Bewusstseinszustände, die jenseits der personalen Erfahrung liegen. Diese Kombination von spirituellen und psychologischen Konzepten wird in der Klinischen Psychologie allerdings kritisch hinterfragt. Da sie auf das große Gebiet der spirituellen/geistigen, nicht alltäglichen Erfahrungen und das Wissen der östlichen und westlichen Philosophie und Psychologie fokussiert ist, forderte der dänische Musikwissenschaftler und Musiktherapeut Lars Ole Bonde⁵, dass sie in der Musiktherapie als speziell relevant behandelt werden solle (vgl. Bonde 2002). Nach Hegi und Rüdüsüli gelte, dass Musik als Ganzheitsphänomen, ähnlich wie die Natur oder das Universum, oftmals das menschliche Bewusstsein übersteige (vgl. Hegi, Rüdüsüli 2011). Diese Qualität der Musik ist ein wichtiger Aspekt meiner

4 Alle therapeutischen Interventionen werden in nachfolgenden Beispielen durch eckige Klammern [...] gekennzeichnet.

5 Prof. Dr. Lars Ole Bonde war von 1995–1997 Leiter des Doktorat-Programms Musiktherapie an der Universität Aalborg, Dänemark. Derzeit ist er nach wie vor als Doktors-Experte in diesem Programm tätig.

Forschung, deren musiktherapeutische Phänomene unter Berücksichtigung theoretischer Modelle der transpersonalen Psychologie beschrieben und verständlich gemacht werden können. Der Bezug auf die transpersonale Psychologie als Referenztheorie der GIM-Methode ist eine Optik neben vielen weiteren. Helen Bonny als Entwicklerin der GIM-Methode bezog sich unter anderem auf die Analytische und Humanistische Psychologie, hat aber in der Methodenentwicklung keine eindeutigen Referenzen benannt (vgl. Bruscia 2002).

Transformation als Veränderung von Bewusstseinsstrukturen

Im Zusammenspiel mit den Komponenten Klang, Rhythmus, Melodie und Dynamik kann Form als eine selbstständig wirkende Qualität im Therapieverlauf verstanden werden. In den unterschiedlichen Richtungen „von Innen nach Außen, von der inneren Gestaltung zur äußeren Form – oder von Außen nach Innen, von der äußeren Gestaltung zur inneren Form“ beschäftige sich Form einerseits mit der „menschlichen Neigung zur Erstarrung von Formen“ (Kandinsky 1912, zitiert in: Hegi, Rüdisüli 2011, 113) und „andererseits auch mit der menschlichen Neigung, sich zu verändern, dem Wandel nachzugehen“ (Hegi, Rüdisüli 2011, 113). Dieses Potenzial von Ordnungsbildungsprozessen ist vielfältig: Werden erstarrte Formen als Zwang erlebt, können sie Krankheit bedeuten. Rufer plädiert, Heilung – aus der Perspektive der Selbstorganisation⁶ betrachtet – als den Übergang von einem krankhaften Ordnungszustand in einen Ordnungszustand mit gesundem, flexiblem Verhalten zu definieren (vgl. Rufer 2012). In diesem Sinne wird Krankheit als ein dysfunktionales Muster verstanden, das dem Menschen erlaubt, z. B. traumatische Erlebnisse zu ordnen (vgl. Plassmann 2011). Das krankmachende Muster soll sich aber nicht weiterentwickeln, sondern durch ein besseres ersetzt werden. Allerdings können solche Muster sehr beharrlich sein und das verfügbare Verhaltensspektrum bestimmen. Um eine Gesundung zu erwirken, müssen alternative Muster ausgeformt werden. Das bedeutet, dass „andere Kognitions-Emotions-Verhaltens-Muster entwickelt und benutzt werden müssen. Das Persönlichkeitsspektrum erweitert sich und die dispositionelle Vielfalt erhöht sich.“ (Haken, Schiepek 2006, 44) Solche Musterveränderungen finden in Phasenübergängen statt, die durch Instabilität gekennzeichnet sind, anders ausgedrückt in Momenten der Krise. Ein Umformungsvorgang – im Griechischen spricht man von Metamorphose – besteht aus verschiedenen Phasen und bezeichnet die Veränderung im Sinne des Übergangs in einen anderen Zustand (vgl. Fischer 1989). Im therapeutischen Geschehen sind vor allem die zeitlichen Muster von Interesse: Solche Prozessgestalten oder Prozessformen lassen sich im Prozess der Ordnungsbildung untersuchen, der gemäß

6 Selbstorganisation ist die spontane Entstehung und Veränderung von funktionellen und strukturellen Mustern in einem komplexen System (vgl. Haken 2004).

den Annahmen der Systemtheorie⁷ von Selbstorganisation geprägt ist. Aufgrund systemspezifischer Elemente definiere ich Transformation als einen diskontinuierlichen Wandel in einem nichtlinearen komplexen System, das sich selbst organisiert. Befindet sich das System in einer instabilen Phase, kann es aus dem Gleichgewicht geraten. In solchen Phasenübergängen findet ein Kippvorgang von einem Zustand in einen neuen statt. Durch Selbstorganisation geprägt, wird sich das zur Struktur neigende System bemühen, wieder eine neue Ordnung zu schaffen.

Ordnungsstrukturen

Das menschliche Gehirn besitzt die herausragende Eigenschaft der neuronalen Plastizität. Diese Plastizität bezieht sich im engeren Sinne auf erfahrungsabhängige strukturelle und funktionelle Veränderungen neuronaler Netzwerke (vgl. Bock 2007). Solche Neuronennetzwerke entstehen und verändern sich spontan und äußern sich in Form von Kognitions-Emotions-Verhaltens-Mustern (vgl. Schiepek 2011; Haken, Schiepek 2006). Diese Muster können als Bewusstseinsstrukturen verstanden werden, die eine erkennbare Ordnung aufweisen und sich selbst organisieren. Dabei etablieren sie sich auf verschiedenen Bewusstseins-Ebenen wie z. B. der unbewussten, persönlichen oder überbewussten Ebene. Ausgehend von der Transformation des Selbst als einem Teil des Bewusstseins wird im Folgenden diese Annahme theoretisch und anhand zweier Beispiele aus meiner Studie erläutert.

Selbst-Bewusstsein

Da es beim derzeitigen Entwicklungsstand der musiktherapeutischen Methode GIM keine verbindlichen Referenztheoretiker zum Thema des Bewusstseins gibt (vgl. auch Bonny 2002), kann Wilbers Modell des Entwicklungsspektrums einen umfassenden Theorierahmen bieten, um Bewusstseins-Transformation in der GIM-Methode zu erklären. Im Versuch, eine umfassende Beschreibung des menschlichen Erlebens zu leisten, hat der US-amerikanische Philosoph Kenneth Wilber⁸ das Konzept der Spektrumpsychologie, *the spectrum of consciousness*⁹, entwickelt. Hier versucht er, die Einzelerkenntnisse vieler namhafter Psycholo-

7 Für diesen Artikel ist die Systemtheorie der Synergetik (vgl. Haken, Schiepek 2006), eine ursprünglich aus der Physik stammende Theorie, von Bedeutung. „Die Synergetik ist eine Systemtheorie, die nichtlineare Wechselwirkungen und Chaos ebenso einschließt wie einfache und komplizierte Verhaltensmuster“ und „(...) interessiert sich allgemeiner für Prozesse der Ordnungsbildung in Systemen (Selbstorganisation) und für Phänomene im Umfeld von qualitativen Veränderungen der Systemdynamik (Phasenübergänge und Ordnungsübergänge)“ (Strunk, Schiepek 2014, 85).

8 Wilber wurde 1949 in Oklahoma, USA, geboren und gilt als einer der Hauptvertreter der Integralen Psychologie.

9 In seiner Untersuchung ‚*The spectrum of consciousness*‘ integrierte Wilber (1977) die Einsichten der großen psychologischen Schulen des Westens und die Grundprinzipien

gen besonders aus dem Gebiet der Entwicklungspsychologie und der Klinischen Psychologie zusammenzuführen. Vor dem Hintergrund des ganzen Spektrums des Bewusstseins wird der Aspekt der Entwicklung dargestellt (vgl. Wilber 2000). Wilber ist der Ansicht, dass der Mensch in unterschiedlichen Bereichen (Wilber nennt sie Quadranten) verschiedene psychische Eigenschaften und Fähigkeiten (Entwicklungslinien) über verschiedene Entwicklungsphasen (Ebenen) ausbildet. Wilber bezeichnet diese in ihrer Gesamtheit als Bewusstsein. Das Bewusstsein bestimme, wie der Mensch die Welt erlebt. Es gäbe jedoch eine Wechselwirkung zwischen dem subjektiven Leben – der inneren Erfahrung – und dem objektiven Leben – dem Leben, das sich in der Welt vollzieht. Das Bewusstsein sei gleichsam ein Gefäß, in dem alle menschlichen Erfahrungen, Wahrnehmungen, Gedanken und Gefühle zusammenlaufen (vgl. Schlitz, Vieten, Amorok 2011). Bedeutsam für das Verständnis des Transformationsbegriffs sind für den vorliegenden Artikel jene Bewusstseinsformen (wie z. B. verschiedene Muster des Wahrnehmens, Denkens und Fühlens), die als Zustände des Bewusstseins – Wilber nennt sie Funktionen des Bewusstseins (vgl. Wilber 1988) – von einem Individuum erlebt werden und in unterschiedlichen Formen auftreten.

„Hierzu gehören:

- Sinneswahrnehmungen von Vorgängen in der Umwelt und im eigenen Körper
- mentale Zustände (Denken, Vorstellen, Erinnern)
- Emotionen, Affekte, Bedürfniszustände, Erleben der eigenen Identität und Kontinuität
- ‚Meinigkeit‘ des eigenen Körpers
- Autorschaft und Kontrolle der eigenen Handlungen und mentaler Akte
- Verortung des Selbst und des Körpers in Raum und Zeit
- Realitätscharakter von Erlebtem und Unterscheidung zwischen Realität und Vorstellung.“ (Schiepek 2011, 22)

Bewusstseinszustände oder Bewusstseinsstrukturen können sich während einer Transformation neu formieren und umorganisieren. Solche Ereignisse können u. a. eine tiefgreifende Veränderung in der Selbstwahrnehmung und der Weltsicht bedeuten. Eine Veränderung oder Entwicklung der Selbstwahrnehmung impliziert eine Transformation des Selbst¹⁰. Nach Wilber (1988) sei das Selbst oder das Selbstsystem für die Steuerung der strukturellen Entwicklung zuständig. Es bilde den

einer ‚psychologia perennis‘, welche davon ausgeht, dass sich bestimmte philosophische Einsichten über Zeiten und Kulturen hinweg erhalten.

10 Wilber unterscheidet zwischen dem proximalen Selbst (aktuelles Selbst, ‚Ich‘) und meint damit den derzeitigen Ort der Selbstidentifikation, sowie das distale Selbst (entferntes Selbst, ‚ich‘, ‚mein‘, ‚mir‘), wobei es sich dabei um Selbstanteile handelt, die das aktuelle Selbst als Objekt beobachten können (vgl. Weinreich 2005). Weinreich bezeichnet die Persönlichkeitsentwicklung oder die individuelle Entwicklung als die wichtigste Funktion des Selbst.

Sitz von Identifikation, Wollen, Abwehr, Organisation und „geistigem Stoffwechsel“, hier finde ein „Verdauen“ von Erfahrung auf jeder Ebene von strukturellem Wachstum und struktureller Entwicklung statt (Wilber 1988, 78). Soll nun das zentrale Selbst sich innerhalb der Basisstrukturen weiterentwickeln oder diese überschreiten, werde es eine Transformation durchlaufen. Es müsse seine Identifikation mit der aktuellen Basis-Sprosse aufgeben oder negieren, um sich mit der nächsthöheren Stufe zu identifizieren. Das Loslassen, die Verneinung oder der ‚Tod‘ von der betreffenden Stufe sei für jede Weiterentwicklung notwendig. Das Selbst nehme diese Schwierigkeit jedoch nur in Kauf, wenn das veränderte Leben perspektivisch positiv erscheine. Dem Impuls, der die Krise des Übergangs zu vermeiden sucht, steht derjenige nach Entwicklung entgegen (vgl. Weinreich 2005). Bewegt sich das Selbst nun in den Bereich der Übergangsphase oder des Drehpunktes, können – wiederum nach Wilber – drei Unterphasen beobachtet werden:

- Unterphase a: Sie stellt die undifferenzierte Basis des Drehpunktes dar: *Identifikation*
- Unterphase b: Darstellung des Prozesses vertikaler und horizontaler Trennung oder *Differenzierung*
- Unterphase c/d: ideale Lösung, Konsolidierung und *Integration* der neu differenzierten Selbst- und Objektcomponenten (vgl. Wilber, Engler, Brown 1988).

Weinreich fasst diesen Vorgang wie folgt zusammen:

„Das aktuelle Selbst ist mit einer Ebene *identifiziert* (Subjekt); es verarbeitet (metabolisiert) und internalisiert neue Erfahrungen, die über diese Ebene hinausgehen und kumuliert sie – schafft also neue, komplexere Bewusstseinsstrukturen – wodurch es sich von dieser Ebene *differenziert* und sie dadurch transzendiert. Im nächsten Schritt löst es die Identifikation und beginnt sich jetzt mit der nächsthöheren Ebene zu identifizieren, die in Form der neuen Bewusstseinsstrukturen immer deutlicher hervorgetreten ist. Von hier aus *integriert* (umfasst) es die vorherige Ebene als Teil des distalen Selbst: das frühere Subjekt wird zum Objekt.“ (Weinreich 2005, 79)

„Mit dem Erreichen jeder neuen Ebene tritt das Selbst in eine völlig neue Welt, mit eigenem Selbstgefühl, eigenen Formen der Wahrnehmung, der kognitiven Verarbeitung, der Moral, Weltsicht, Bedürfnisse, Objektbeziehungen etc.“ (Wilber 2001, 81). Aufgrund seiner Identifikationsfähigkeit sei es dem Selbst möglich, längere Zeit oder vollständig auf einer Ebene zu verharren bzw. sich mit einer bereits bewältigten Entwicklungsebene zu identifizieren oder zu regredieren, währenddessen sich andere Entwicklungslinien weiterentwickeln. Gelingt dem Selbst hingegen das Wagnis des Wechsels zur nächsten Bewusstseinsstufe, erweitere es sich, werde immer umfassender und gewinne damit an Freiheit, Autonomie und Möglichkeiten (vgl. Weinreich 2005).

Die Studie

Unter dem Tutorat von Prof. Dr. Lars Ole Bonde, Universität Aalborg, führte ich im Jahre 2012 im Rahmen meiner Masterthesis an der Zürcher Hochschule der Künste ein induktives Forschungsprojekt zur Ermittlung von Transformation durch. Der vorliegende Artikel ist die Nachzeichnung dieser Studie, in der vier gesunde freiwillige Klienten in einer fünfteiligen Reihe von Sitzungen die musiktherapeutische Methode GIM erlebt haben. Alle Daten, die im Folgenden zur Illustration einzelner Beispiele dienen, stammen aus dieser Studie. Sie befasst sich mit den Auswirkungen der GIM-Methode auf das Selbst- und Weltbild von vier freiwilligen Probanden¹¹. Im Mittelpunkt der Forschung stand die Frage, in welcher Form sich Transformation in einem Therapieprozess im Rahmen von fünf geplanten GIM-Sitzungen mit gesunden Erwachsenen konstituiert. Basierend auf Wilbers Spektrumsmodell ging ich von der Hypothese aus, dass Transformation ein tiefgreifender Wandel im menschlichen Bewusstsein sei. Anhand eines Mixed-Methods-Research-Designs wurden sowohl quantitative als auch qualitative Daten generiert und bearbeitet: Fragebögen¹² (Pre-Test/Post-Test), ein Follow-up-Interview sowie eine hermeneutisch-phänomenologische Studie auf der Basis von Video-, Audio- und Skriptanalysen. Unter Berücksichtigung der Annahmen der Theorie der nichtlinearen Dynamik selbstorganisierender Systeme war von Anfang an zu erwarten, dass solche tiefgreifenden Transformationen nicht unbedingt in den untersuchten Musikreisen der gesunden Probanden auftreten würden, da sich keiner in einer instabilen Phase bzw. Krise befand. Umso überraschender war es mitzuerleben, dass sich gleichwohl Ansätze von Transformation in den Therapiesequenzen zeigten. Die Auswertung der Fragebögen ergab, dass die positiven Veränderungen vor allem in den Dimensionen Umwelt¹³, Spiritualität¹⁴ und auch physischem Wohlbefinden¹⁵ stattgefunden haben. Das Follow-up-Interview erschloss Themen wie Erleben, transpersonale Erfahrungen und Bewusstheit, die von den Teilnehmenden als sehr wichtig eingeschätzt wurden. Im Folgenden werden theoretische Konzepte zur Transformation mit veranschaulichenden Beispielen aus der Studie verknüpft und beschrieben.

11 Siehe Anhang A: Kurzskezzierung der Probanden.

12 Es wurden folgende standardisierte Fragebögen benutzt: WHOQOL-BREF: World-Health-Organization-Quality-of-Life-Kurzform-Fragebogen (2002); WHOQOL-SRPB: Spirituality, Religiousness and Personal Beliefs (2000), SOC29: Sense-Of-Coherence-Fragebogen von Antonovsky (1997).

13 Aus WHOQOL-BREF, umfasst: Sicherheitsgefühl, Umwelt- und Wohnbedingungen, finanzielle Mittel, Zugang zu Informationen, Freizeitaktivitäten, Verfügbarkeit Gesundheitsdienste.

14 Aus WHOQOL-SRPB, umfasst: Hilfe, Sinn und Bedeutung, Anregung und Inspiration, Kohärenz, innere Stärke, Frieden, Hoffnung, Glaube.

15 Aus WHOQOL-BREF, umfasst: Schmerzen, Gesundheit, Energiehaushalt, Fortbewegung, Schlaf, Arbeit.

Konzepte der Transformation

Bei der qualitativen Auswertung des reichhaltigen Datenmaterials zur Studie hat sich ergeben, dass das transpersonale Erleben¹⁶ für das Ermitteln von Transformation von großer Bedeutung war. Es äußert sich in beobachtbaren Phänomenen wie *Gipfelerlebnissen* (*peak experiences*) – definiert nach Maslow (vgl. Maslow 1968) – und *Augenblicken der Wende* (*pivotal moments*) – definiert nach Grocke (vgl. Grocke 1999). Als ein Teilphänomen der transpersonalen Erfahrungen gehört das Gipfelerlebnis in GIM zum häufigsten Erlebnis der transpersonalen Ebene. Die bei verändertem Bewusstsein die Zeit-, Raum- und Ich-Grenze aufhebenden Erfahrungen beinhalten Erlebnisse von Einheit, des Heiligen, des Paradoxen oder des Unaussprechlichen. Maslow definierte ein Gipfelerlebnis als eine tiefempfundene positive, die Grenzen der Objektivität und Subjektivität auslotende Stimmung. Es sei von kurzer Dauer, habe aber eine Veränderung in der Einstellung und des Verhaltens der Person zur Folge. Wenn diese Tiefe der transpersonalen Ebene erreicht sei, würden Imaginationen ihre persönliche Bedeutung verlieren und eine universale, kollektive Symbolik erreichen (vgl. Maslow 1968)¹⁷. Dieser Prozess soll nun am Beispiel des *Gipfelerlebnisses* der Probandin Vera beschrieben werden.

Gipfelerlebnis (peak experience) – Beispiel Vera

Probandin Vera hatte in den insgesamt fünf GIM-Sitzungen zwei *Gipfelerlebnisse* erlebt. Laut ihrer Aussagen im Follow-up-Interview stellte das folgende Beispiel ein zentrales Erlebnis im gesamten Therapieprozess dar. Sie verknüpfte es mit Themen¹⁸ wie Transformation, Erleben und Auswirkungen im Alltag. Die ausgewählte Sequenz stammt aus der ersten Sitzung mit dem GIM-Musikprogramm *Positive Affect*¹⁹, das von Helen Bonny zusammengestellt worden ist. Das *Gipfelerlebnis* erlebte Vera, während sie Exzerpte aus Richard Strauss' Werk ‚Tod und Verklärung‘ als sechstes Stück des Programms hörte. Im Sitzungsprotokoll ist an der betreffenden Stelle zu den verbal geäußerten Imaginationen der Probandin zu lesen:

„Ich komme langsam aus der Fülle des Chores zurück ... und schreite behäbig vor mich hin ... und ich gehe aufrecht. Der Kopf ganz gerade. Und es ist ruhig. Ich bin ganz ruhig und das Gehen ist wunderschön, weil es so ruhig ist.“

16 Transpersonales Erleben beinhaltet nach Grof „Erfahrungen, bei denen eine Ausdehnung oder Erweiterung des Bewusstseins über die gewöhnlichen Ich-Grenzen und über die Grenzen von Zeit und Raum hinaus erfolgt.“ (Grof 1975, 177).

17 Maslow bezog sich damit ausdrücklich auf die Theorie der Archetypen nach C. G. Jung. Diese Theorie wird von der Autorin übernommen.

18 Die aus den Interviews eruierten Hauptthemen waren Transformation, Bewusstheit, Auswirkungen im Alltag, Erleben, transpersonale Erfahrungen, therapeutische Beziehung.

19 Darstellung der verwendeten GIM-Musikprogramme: Anhang B.

Bei der Gegenüberstellung der Aspekte, die Maslow als charakteristisch für *Gipfelerlebnisse* (*peak experiences*) angenommen hatte, mit den Äußerungen der Probandin aus Nachgespräch und Interview wird die Erweiterung des Selbst in Form eines erweiterten Selbstgefühls, einer neuen Wahrnehmung und einer veränderten Weltsicht deutlich:

Maslows Aspekte für Gipfelerlebnisse	Erfahrung der Probandin
1. Gefühl von innerer Integration und Ganzheit	Erlebnis des Aufrechtschreitens, Kopf gerade
2. Gefühl, mit der Umwelt zu verschmelzen	fühlt sich geerdet, inkarniert wie noch nie (obwohl liegend während GIM-Sitzung)
3. die eigene Kraft steht voll und ganz zur Verfügung	kraftvoller Moment des Gehens
4. Mühelosigkeit und Leichtigkeit	empfindet die Musik als ruhig, empfindet Mühelosigkeit
5. Man fühlt sich als verantwortliches, aktives und schöpferisches Zentrum seiner Aktivitäten und Wahrnehmungen.	sehr intensive Erfahrung, Genuss des Gehens, jeden Schritt auf der Erde genießen
6. frei von Blockierungen, Hemmungen, Zurückhaltung, Angst, Zweifel, Kontrolle, Vorbehalten und Selbstkritik	wunderbares Gefühl, mühelos
7. Spontaneität, Ausdrucksstärke und Natürlichkeit im Handeln und Sein	gemächlich gehen
8. Kreativität	keine Beobachtung
9. Einzigartigkeit, Individualität und Besonderheit	„Ich gehe aufrecht ...“
10. frei von Vergangenheit und Zukunft und ganz im gegenwärtigen Erleben	hat das Gefühl, alle Zeit der Welt zu haben
11. bestimmt von innerpsychischen Gesetzen und nicht mehr von Umwelt und Gesellschaft	verspürt eine große innere Ruhe, schweigt während eines großen Teils der Tondichtung
12. unbestrebt und bedürfnislos	ganz im Moment des Erlebens
13. Ausdruck und Kommunikation werden poetisch, mythisch und freier in ihrer Form	keine Beobachtung
14. Gefühl von Vollständigkeit und Abgeschlossenheit	sehr beeindruckt ob der verschiedenen Welten oder Dimensionen
15. Verspieltheit	keine Beobachtung
16. nach dem Gipfelerlebnis Gefühle von Glück, Dankbarkeit und Demut	Glücksgefühl, Wohlgefühl, möchte das Gefühl wieder erleben

Tab. 1: Vergleich: 16 Teilaspekte Gipfelerlebnisse nach Maslow mit Erfahrungen Gipfelerlebnis Probandin Vera

Die Wirksamkeit des *Gipfelerlebnisses* drückt sich darin aus, dass Vera die Imagination des aufrechten Schreitens in den nächsten Sitzungen unbedingt wieder erleben wollte und es auch im Alltag suchte. Es war ihr aber nicht möglich, dieses ans Musikerlebnis gebundene Erleben nochmals zu spüren. „Geblieden ist die Sehnsucht danach.“ Entwickelt hatte sich jedoch durch das Gipfelerlebnis ein erweiterter Zugang zum Hören. Vera beschrieb, dass sie vor allem in Konzerten, bei denen sie nun immer die Augen schliesse, viel besser „hören“ könne, viel mehr wahrnehme. Veras Beispiel verdeutlicht, wie sich ihre Selbstwahrnehmung in einer körperlichen Erfahrung zur Bewusstseins transformation wandelte. Diese Feststellung soll nun an einem weiteren Beispiel aufgezeigt werden. Im Zentrum steht die Frage, wie sich die Imaginationen im Transformationsprozess entwickeln. Es wird untersucht, welche Beschreibungsmodi sich in der Beziehung von Musik und Imagination finden lassen.

Augenblicke der Wende (pivotal moments) – Beispiele Mara

Im Folgenden soll nun ein weiteres Phänomen der Bewusstseins transformation erläutert werden. Wie die Erfahrungen eines transpersonalen oder Gipfelerlebnisses sind Erlebnisse im *Augenblick der Wende (pivotal moment)* (vgl. Grocke 1999) gleichwohl intensiv, äußern sich aber gehäuft in Erfahrungen des Unwohlseins. Solche Erfahrungen sind an Kognitions-Emotions-Verhaltens-Muster gekoppelt, die sich im Laufe unseres Lebens gebildet haben.

Gemäß den Leitgedanken der Neurowissenschaft beruhen psychische Erkrankungen auf dysfunktionalen Veränderungen neuronaler Netzwerke, insbesondere im limbischen System²⁰. „Ziel jeder Psychotherapie muss es entsprechend sein, die Psyche des Patienten dadurch zu verändern, dass die Fehlfunktionen subkortikaler limbischer Netzwerke behoben werden.“ (Schiepek 2011, 39) Da sich Netzwerkstrukturen und -funktionen während der Gehirnentwicklung und in der ersten Lebensphase – den sensiblen Phasen des limbischen Lern- und Gedächtnisbildungsprozesses – so konstituieren, dass sie gegen spätere Veränderungen relativ resistent seien, müsse die emotionale Aktivierung (z. B. in einer Lebenskrise) entsprechend hoch sein, „um diese Prägung wieder aufzuheben, damit sich an unserer Persönlichkeit überhaupt noch etwas ändert“ (Schiepek 2011, 40). Da subkortikale limbische Netzwerke nur eine beschränkte Informationsverarbeitungskapazität haben, vollziehen sich diese im Gegensatz zu den schnelleren kortikalen Informationsverarbeitungsprozessen relativ langsam. Gerade weil die ersten Erlebnisse aber emotional besonders wirksam sind, verkehren sich negative Erfahrungen nur langsam in positive Erfahrungen (vgl. Schiepek 2011). Therapeutische Einwirkungen oder die Erzeugung eines „emotionalen Aufruhrs“ durch den Therapeuten können „auf das Unbewusste des Patienten einwirken und damit Veränderungen subkortikaler

20 Das limbische System ist eine funktionale Einheit des Gehirns, basierend auf den Funktionen Emotion, Antrieb und Lernen. Internet: www.gehirnlernen.de [Stand. 26. 06. 2015].

limbischer Zentren bewirken.“ (Schiepek 2011, 40) Solche Erkenntnisse spielten bei der Auswahl der elf Musikprogramme zur Studie eine wichtige Rolle. So wurde angenommen, dass sogenannte abrupte Wechsel in den musikalischen Parametern von Harmonie, Rhythmus, Dynamik, Melodie und Klang (vgl. Bonde 2004) für Transformation sehr effektiv sein können. In diesem Sinn haben abrupte Wechsel in der Musik tatsächlich die Eigenschaft, einen „emotionalen Aufruhr“ (Schiepek 2011, 40) im Patienten zu erzeugen. Die Transformation, also die Neuordnung dieser aufgewühlten Muster ereigne sich Grocke zufolge jedoch nur innerhalb einer Musik, die zudem stark strukturiert sei, Themen wiederhole und langsame Tempi vorweise. Die Musik müsse absehbare melodische, harmonische und rhythmische Elemente besitzen sowie einen intensiven Dialog zwischen den Instrumenten erkennen lassen (vgl. Grocke 1999). Diese wichtige Erkenntnis wird in der Folge durch die Beschreibung des Konzepts von Grocke zum *Augenblick der Wende* und zwei Beispiele aus der Studie belegt.

Augenblicke der Wende (*pivotal moments*), auch Evidenzerfahrungen genannt, können laut Grocke zu unterschiedlichen Zeitpunkten in der GIM-Sitzung erlebt werden. Es sei möglich, dass sie während oder nach der Musikreise erscheinen. Ein Augenblick der Wende könne eine tiefgreifende Veränderung in der Selbst-, Lebens- oder Weltsicht provozieren, die alte Verhaltensmuster nachhaltig aufbreche. Ein solcher Moment unterscheide sich deshalb grundlegend von anderen GIM-Erfahrungen. Aus Grockes Studie geht hervor, dass sie aber durchaus Merkmale mit dem *Gipfelerlebnis* und den transpersonalen Erfahrungen gemein haben:

- Aus der Erinnerung werden sie sehr anschaulich und lebendig beschrieben.
- Es handelt sich um emotionale Erfahrungen.
- Es sind gleichzeitig körperliche Erfahrungen.
- Sie haben auf das persönliche Leben der Person Auswirkungen.

Im Weiteren extrahierte Grocke aus ihrer Studie Merkmale, in denen sich der *Augenblick der Wende* vom *Gipfelerlebnis* wie auch von der transpersonalen Erfahrung unterscheidet:

- *Augenblicke der Wende* treten auf nach Imaginationen (Bilder oder Gefühle), die als schmerzlich, grauenvoll oder schrecklich erlebt wurden.
- Im *Augenblick der Wende* lösen sich die schmerzlichen oder schrecklichen Imaginationen auf.
- Das Erleben im *Augenblick der Wende* wirkt nachhaltig fort.
- Dieses Erleben drückt sich nachfolgend im veränderten Beziehungsmuster des Patienten aus (Grocke 1999, 114).

Musikbeispiel 1: Augenblick der Wende, erste Sitzung Mara

In Maras erster GIM-Sitzung wurde Joanna Booths Programm *Yearning & Passion*²¹ angewendet. In das Programm wurden von Booth vier Werke aufgenommen:

- Elgar: ‚Dream children Nr. 1‘, Andante
- Villa-Lobos: ‚Bachiana Brasileiras Nr. 5‘, Aria
- Rachmaninov: Klavierkonzert Nr. 2, zweiter Satz, Adagio sostenuto
- Vaughan-Williams: Romanze für Violoncello und Orchester.

Laut Booth habe dieses Programm die Tendenz, *Augenblicke der Wende* zu generieren. Ihre Behauptung basiert auf anekdotischen Erfahrungen im klinischen Bereich, ist aber bislang nicht weiter dokumentiert.

	Untersuchtes Musikbeispiel 1	Untersuchtes Musikbeispiel 2	Untersuchtes Musikbeispiel 3	Untersuchtes Musikbeispiel 4
Musikstücke Yearning & Passion	1) Elgar, Dream children Nr. 1, Andante	2) Villa-Lobos, Bachiana Brasileiras Nr. 5, Aria	3) Rachmaninov, Klavierkonzert Nr. 2, Adagio sostenuto	4) Vaughan-Williams, Romanze für Violoncello und Orchester
Erfahrungen Mara 1. Sitzung	Atmung asthmatisch, Kindheitserfahrung	körperliche Erfahrung, husten	Traurigkeit, Augenblick der Wende	Lied: ‚Ich weiß, daß einer mit mir geht‘, Vertrauen, Auflösung, Aufgehobensein
Wilber Drehpunkt, Unterphasen	Unterphase a: Identifizierung	Unterphase b: Differenzierung	Unterphase c: ideale Lösung, Konsolidierung	Unterphase d: Integration

Tab. 2: Übersicht: Musikbeispiele 1 bis 4 aus dem Musikprogramm *Yearning & Passion* (Booth), erste Sitzung Mara

²¹ Darstellung der verwendeten GIM-Musikprogramme: Anhang B.

In der Musikanalyse zum Thema wurde untersucht,

- an welcher Stelle sich im Musikprogramm der *Augenblick der Wende* ereignet
- welche Imaginationen beim *Augenblick der Wende* auftauchen
- wie sich die Musik gestaltet, die diesen *Augenblick der Wende* begleitet oder unterstützt
- und welche musikalischen Parameter das Auftreten von Transformation fördern.

Die folgende Abbildung zeigt die affektiven Ausdrucksprofile der Stücke, während derer sich ein *Augenblick der Wende* ereignet hat. Die Profile wurden mit Hilfe einer Software namens ‚Mia‘ (Rickman 2004) erzeugt. Der *Augenblick der Wende* vollzog sich innerhalb von zwei Musikstücken. Für Probandin Mara drückte er sich in einer körperlichen wie auch emotionalen Erfahrung aus (husten, kribbeln, pulsieren). Nach der Anstrengung in der Auseinandersetzung mit der Singstimme erfolgte im Klavierkonzert eine Erlösung von den Strapazen (weinen): der *Augenblick der Wende*.

Maras Imaginationen verdeutlichen eindrücklich, wie ihr Selbst die Identifikation mit der aktuellen Stufe (Unterphase a) aufgibt, um sich mit der nächsten Stufe (Unterphase b) zu identifizieren (Drehpunkt) und die neue Erfahrung (Unterphasen c und d) zu konsolidieren und zu integrieren.

Beide Musikstücke weisen die Merkmale auf, die laut Grocke *Augenblicke der Wende* begünstigen:

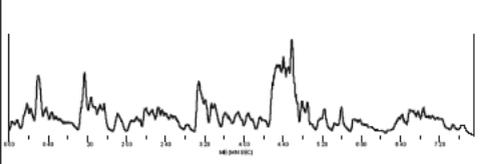
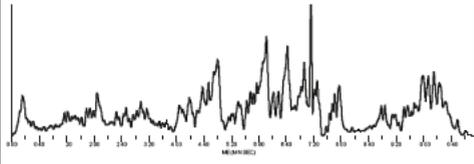
- Sie weisen eine klar strukturierte Form mit Themen auf, die wiederholt werden.
- Sie begünstigen bzw. verlängern den *Augenblick der Wende*.
- Das Tempo der Musikstücke ist überwiegend langsam.
- Melodie, Harmonie und rhythmische Elemente sind vorhersehbar.
- Es gibt in der Musik dialogische Passagen zwischen den Instrumenten (einschließlich Singstimme).

Diese Erkenntnisse sind wichtig für das Thema der Transformation und die GIM-Praxis. Die Musikauswahl, welche den *Augenblick der Wende* ermöglichte, ist herausfordernd. Der *Augenblick der Wende* jedoch ereignet sich da, wo die gut strukturierte Musik durch ihr langsames Tempo viel Raum anbietet.

Musikbeispiel 2: Augenblick der Wende, fünfte Sitzung Mara

Die Entwicklung und Verwendung sogenannter Musikprogramme ist ein wichtiges Merkmal von GIM. Bonny und nachfolgende Therapeuten haben zahlreiche Programme entwickelt, die heute in der GIM-Praxis Verwendung finden²². Dazu gehört eine Auswahl von besonders herausfordernden Programmen, die mit ih-

²² Die Evaluation der musikalischen Qualität neuer Programme ist ein umfangreicher Prozess.

Villa-Lobos, Bachiana Brasileiras Nr. 5, Aria	Rachmaninov, Klavierkonzert Nr. 2, Adagio sostenuto
 <p data-bbox="136 418 620 560">Abb. 1: Affektives Ausdrucksprofil (vgl. Lawes, Nares): Villa-Lobos, Bachianas Brasileiras Nr. 5, Aria (Dauer: 7:55). Eine Einheit entspricht einer Minute.</p>	 <p data-bbox="625 418 1099 560">Abb. 2: Affektives Ausdrucksprofil (vgl. Lawes, Nares): Rachmaninov: Klavierkonzert Nr. 2, Adagio sostenuto (Dauer 11:18). Eine Einheit entspricht einer Minute.</p>
<p data-bbox="136 567 620 1106">Während der Sopran-Arie tauchen metaphorische Imaginationen in der Übertragung zur Mutter auf. Die Stimme wird mit der Mutter identifiziert, die Mara in der Nacht beruhigen und beschützen soll. Sie tut dies aber nicht und erscheint stattdessen als Hexe. Im Mittelteil tauchen ein vergifteter Apfel und die Schlange aus Moglis Dschungelbuch auf: Diese Sequenz wird von Mara als sehr unangenehm erlebt. Sie muss immer wieder husten. In den Imaginationen versucht sie, den hypnotischen Verführungsversuchen der Schlange zu widerstehen, ganz bei sich zu bleiben. Mara sagt nach der Musikreise, dass die Hypnose, die sie im Verhalten gefangen hielt, während des emotionalsten Moments der Musik war, da, wo sie husten musste (4'30").</p>	<p data-bbox="625 567 1099 1106">Mara ist ganz auf ihre Körperempfindungen fokussiert: Kribbeln in den Beinen, Herz und Bauch sind unbelastet. Mara nimmt die Musik klarer wahr, mehr als das, was sie ist: „Kein Umgarnen, kein Sirengesang mehr, keine Manipulation.“ Der Augenblick der Wende ereignet sich am Ende des Rachmaninov. Für Probandin Mara drückt er sich in einer körperlichen wie auch emotionalen Erfahrung aus (husten, kribbeln, pulsieren). Nach der Anstrengung in der Auseinandersetzung mit der Singstimme erfolgt im Klavierkonzert eine Erlösung von den Strapazen (weinen): der Augenblick der Wende. „[Was ist jetzt?] Es ist wie ein Spaziergang und irgendwo auch ein wenig traurig; es ist ein wenig wie ein Abschied (weint). [Ein Abschied wovon?] Wahrscheinlich vom Alten.“</p>

Tab. 3: Analyse Augenblick der Wende, erste Sitzung Mara; Villa-Lobos, Bachiana Brasileiras, Aria, Rachmaninov, Klavierkonzert Nr. 2, Adagio sostenuto

rem musikalischen Potenzial Transformationsprozesse ermutigen sollen. Das Programm *Essential* wurde von mir als solches entwickelt (Steingruber 2011, siehe Anhang B). Die folgende Synopse (nach Bonde 2004) von zeitlichem Ablauf, Potenzial der Musik und Imaginationen der Klientin erlaubt es, den Zusammenhang zwischen Musik und den inneren Bildern chronologisch zu verfolgen. Ich habe die von Bonde entwickelte Synopse erweitert durch eine zusätzliche Spalte mit Kommentaren über Zusammenhänge von Musik und Bildern, mit Erklärungen zu den therapeutischen Interventionen und Interpretationen zum Erleben der Probandin. Die Musikreise dauerte bis zu diesem Moment (Abschnitt 20, Takt 355) bereits 30 Minuten.

Abschnitt Takt	Phänomenologische Beschreibung der Musik	Imaginationen der Probandin Mara in ihrer fünften Sitzung	Kommentierter Zusammenhang zwischen Imaginationen und Musik
20 (355–362)	gesamtes Orchester Dies-Irae-Motiv in variiertem rhythmischer Form	[Bist du noch mit dem Becken im Kontakt?] Ja.	Körperkontakt ist bei Probandin grundlegend, um im Musik-Erleben die Kontrolle zu behalten.
21 (363–376)	Dies-Irae-Motiv rhythmisch variiert accelerando	(Stille)	Die Musik wird (erneut) sehr mächtig und herausfordernd.
22 (377–413)	vierter Höhepunkt, <i>sfff</i> > <i>ff</i> und absterbend über Paukentremolo mit Becken- und (große) Trommelschlägen über Dies-Irae-Motiv, Wechsel vom 3/4-Metrum zu 4/4 Solovioline	Die Verbindung zum Herz ist irgendwo ganz durchlässig ... die Energie da unten hat sich wie den Durchbruch verschafft, ohne dass sie es überrannt hat. Ich habe auch ganz warme Hände. (Stille)	Die musikalischen Höhepunkte dienen der Katharsis. Die Musik bietet einen großen Klangraum. <i>Augenblick der Wende</i>
23 (414–435)	5/8-Rhythmus fließt wieder ein.	Diese Hornklänge scheinen mir ähnlich zu sein wie das Nebliche von vorher ...	Die Musik ist sehr ähnlich strukturiert wie am Anfang.
24 (436–447)	Reprise Epilog, hohe Kantilene Violinen, klingt wie Dur, 5/8-Metrum stabil, <i>p</i>	Aber jetzt hat es Konturen. [Wie sind sie?] Von der Qualität her: Wenn es auf mich zukommt, ist es nicht vereinnahmend,	Nun erlebt die Probandin die leicht veränderte (variierte) Musik ganz neu.
25 (448–461)	Überleitung mit Motiven aus dem Stück, <i>p</i> oder <i>pp</i> in allen Stimmen	ein so überall Einschleichen, sondern es ist mehr wie eine Begegnung ... mit dem Anderen ... eben mit dem Anderen, mit dem Du vielleicht ...	<i>Aus der Gefahr des Vereinnahmens wird eine Möglichkeit der Begegnung zwischen dem Ich und dem Du.</i>

Tab. 4: Event structure analysis (ESA)²³, Rachmaninov, Op.29, Augenblick der Wende Probandin Mara

[In der Fallvignette sind nur ausgewählte Interventionen der Therapeutin angegeben]

23 Das von Tesch (1990) entwickelte Konzept der *Event Structure Analysis* (ESA) ist eine Forschungsmethode, um Ereignis-Serien als logische Strukturen zu erfassen. Ein Ereignis entspricht einer Analyse-Einheit. Zwischen diesen Einheiten werden Verbindungen gesucht und Zusammenhänge hergestellt. Die Abfolge von Ereignissen ist chronologisch.

In dieser Phase der Sitzung konzentrierte sich Mara auf ihre körperlichen Wahrnehmungen. Sie erlebte eine tiefe Verbundenheit mit sich selbst. Der *Augenblick der Wende* geschah, als Mara die Musik, die sie am Anfang der Sitzung als vereinnehmend und überwältigend erlebt hatte, ganz neu wahrnehmen konnte. Folgende musikalischen Elemente prägen die Musik: Das Volumen erstreckt sich von sehr leise bis sehr laut und weist mehrere Höhepunkte auf. Das Tempo ist eher langsam (Moderato) mit schneller oder langsamer werdenden Tempovariationen und Brüchen, wobei die rhythmischen Elemente von 3/4, 4/4 zu 5/4-Takten variieren und unvermittelt auftreten. Der herausfordernde Charakter der Musik entwickelt sich innerhalb eines langsamen und großen Klangraums. In beiden Musikbeispielen trat der *Augenblick der Wende* da auf, wo sich die Musik beruhigte.

Musik als Wirkkraft zur Transformation

In ihrer aktuellen Fassung definiert die ‚Association of Music and Imagery‘ als internationale Dachorganisation der Methode GIM als eine musikgestützte Erkundung des Bewusstseins²⁴. Grundsätzlich verwendet der Therapeut ausgewählte Programme vorwiegend klassischer Musik, „um eine dynamische Entfaltung des inneren Erlebens zu erzeugen“ (Goldberg 1995)²⁵. In diesem Fall ist die Musik neben anderen Aspekten wie Imaginationen, erweitertes Bewusstsein, verbaler Austausch u. v. m. einer der vielen Wirkfaktoren im therapeutischen und transformativen Prozess. Die Musik kann aber auch zur Hauptwirkkraft im Therapieprozess werden. Geschieht dies, steigt der Klient

„in die Strukturen und Prozesse ein, die sich von Augenblick zu Augenblick in der Musik entfalten, und fängt an, mit ihnen zu leben und Imaginationen und innere Erfahrungen zu generieren, die direkt aus der Musik kommen. Und indem er in diesen musikalischen Strukturen und Prozessen lebt, während sie sich ständig selbst transformiert, werden der Erlebende und das Erlebnis gleichzeitig transformiert.“ (Bruscia 2002, 44 f.; Übersetzung: Steingruber)

In diesem Fall *ist* der Klient simultan Musik und Transformation. Zur Veranschaulichung nachfolgend zwei Beispiele beider Arten solcher Formbildungsprozesse, generiert während der Musikhörphasen der dritten bzw. fünften Sitzung der Probanden Tim und Vera.

24 Internet: www.ami-bonnymethod.org. [Stand 26.06.2015].

25 Die Methode GIM wird innerhalb unterschiedlicher Behandlungssettings angewendet. Da es den Rahmen des vorliegenden Beitrages überschreiten würde, wird nicht auf die Diskussion, in welchem Fall die GIM-Methode eine ausschließliche Musiktherapie-Methode ist oder wann sie eher eine Methode der Psychotherapie, die Musik und Imaginationen nutzt, sei (vgl. hierzu Bruscia 2002, 42 f.).

Musik als Unterstützung des Transformationsprozesses – Beispiel Tim

Die Musikhörreisen der Probanden Tim und Vera illustrieren die oben beschriebenen musikalischen wie auch erfahrungsbezogenen Formbildungsprozesse, die sich durch oder in der Musik entfalten. Dabei können in den beiden charakterlich unterschiedlichen Musikstücken gemeinsame Formelemente eruiert werden. Gleichzeitig weisen die auf der transpersonalen Ebene auftretenden Imaginationen bei beiden Probanden ähnliche oder sogar identische Formen auf. Diese Feststellung führt zur Annahme, dass es Musikstücke gibt, deren Qualitäten transpersonale Zustände ermöglichen, die Raum für Transformation bieten.

Musikbeispiel 1: Ausschnitt aus Wagners Vorspiel zu Lohengrin, GIM-Musikprogramm *Peak Experience*²⁶, 5. Stück (vgl. Bruscia 1996), dritte GIM-Sitzung Tim

Phänomenologische Beschreibung der Musik: „Es ist in diesem in sich geschlossenen Musikstück eine Steigerung, von der Richard Strauss gesagt hat, sie sei nie übertroffen worden.“ (Mann, 1954) Musikalisch präsentiert sich das Vorspiel zur Oper Lohengrin von Wagner als instrumentaler Prolog geprägt vom Gralsmotiv. Es soll den Hörer auf das ferne Wundersame, das prachtvolle Strahlen und den unfassbaren Zauber dieses Heiligtums einstimmen²⁷. Das Motiv erklingt insgesamt viermal: zuerst leise in den Violinen, dann etwas stärker in den Holzbläsern, anschwellend in den Holzbläsern, Hörnern und tiefen Streichern und schließlich laut bis sehr laut bei den Blechbläsern. Das Gralsmotiv wird von den Violinen am Anfang in höchster Stimmlage intoniert. Das gesamte Vorspiel, ursprünglich in B-Dur geplant, hat Wagner in A-Dur komponiert. Ein Grund dafür könnte sein, dass die Flageolette-Töne²⁸ in den Violinen ihre ganze Kraft behalten. Es sind auch gerade diese Klänge, die mit Licht und Leichtigkeit assoziiert werden können. Das Gralsmotiv – oder Leitmotiv – ist ein kurzes Tongebilde, das in seiner ursprünglichen Form immer wiederkehrt und die Sphäre des heiligen Grals darstellt. Es unterscheidet sich somit in seiner Form vom Sonatensatz, dessen Thema einer thematisch-motivischen Arbeit unterliegt (siehe Musikbeispiel 2 zur Musik von Brahms).

26 Darstellung der verwendeten GIM-Musikprogramme: Anhang B.

27 Der Gral ist ein heiliges und wunderkräftiges Gefäß in Form einer Schale, eines Kelches oder eines Steins. Er wird vom Gralskönig und den Gralsrittern in einer schwer zugänglichen Burg bewacht und soll Glückseligkeit, ewige Jugend und Speisen in unendlicher Fülle bieten.

28 Das Flageolett ist ein Oberton, der eine Oktave, Quinte, Quarte oder Terz höher erklingt als der zugehörige Grundton, und gehört zur Streichertechnik.

The image shows a piano score for Wagner's 'Vorspiel zu Lohengrin', specifically the 'Gralsmotiv'. The tempo is marked 'Langsam'. The score is for piano and includes markings for 'pp' (pianissimo) and 'p' (piano). It shows a sequence of chords and melodic lines with dynamic markings and articulation symbols. The score is for piano and includes markings for 'pp', 'p', and 'Hbl VI'. It shows a sequence of chords and melodic lines with dynamic markings and articulation symbols.

Abb. 3: Wagner, Vorspiel zu Lohengrin, Gralsmotiv, Klavierauszug (Döge)

In der folgenden Analyse findet man eine detaillierte Beschreibung der durch die Musik evozierten wörtlich übernommenen Imaginationen des Probanden Tim (Takte 8–26):

Takte Abschnitt	Phänomenologische Beschreibung Musik	Hermeneutische Deutung der Musik und des Bilderpotenzials	Imaginationen des Probanden Tim
8–12 Audio: 0:54	Gralsmotiv 1: Absteigender Teil des Gralsmotivs, es wird viermal wiederholt, sehr leise.	Dur-Tonart bringt Helligkeit und äußerste Klangtransparenz, sakral, als würde ‚etwas‘ vom Himmel heruntersteigen ...	„Es tauchen verschiedene Blätter auf, verschiedene Grün, die hintereinander stehen, in Schichten, in verschiedensten Formen, alle bewegen sich ...“
13–15 Audio: 1:31	In den Violinen gleichzeitig mit langanhaltenden Tönen aufsteigender, in Sechzehntel arpeggierter Moll-Akkord, der dann synkopisch absteigt, gefolgt von einer ansteigenden Dur-Tonleiter in Achteln, leise.	allmähliche Verdichtung des musikalischen Geschehens, Gefühl von Weite	„... ganz sanft. Eigentlich ist es nur die Silhouette, da sind keine plastischen Blätter ..., sondern verschiedene Blätterformen.“
16–18 Audio: 2:00	Überleitung, absteigende Melodie der Streicherregister	Erfahrungen auf den Punkt bringen	„Eins sieht aus wie ein Abornblatt.“
19–20 Audio: 2:20	sämtliche Violinen in vier gleichen Partien		„Es öffnet sich ...“
21–26 Audio: 2:35	Gralsmotiv 2: Einsatz Holzbläser, tiefe und hohe Register, Violinen große Spannungsbögen in Achteln, leise, Orchesterstimmen verdichten sich, Violinen Zwiesprache mit Bläsern.	Eindruck eines ruhig dahinfließenden Stroms, der Klang bewegt sich zielgerichtet.	„Drin ist es hell ...“ „Ich sehe eine Person, die vor dem Eingang steht. Sie scheint in das Licht zu sehen, die ganze Vorderseite ist hell erleuchtet ...“

Tab. 5: Übersicht: Ausschnitt aus Vorspiel zur Oper Lohengrin von Wagner, A-Dur
Audio: Zeitmaß nach Aufnahme Wagner: Naxos (aus dem GIM-Programm Peak Experience, ursprünglich von Bonny, überarbeitet von Bruscia, vgl. Bruscia 1996)

Beobachtungen zum Verhältnis der Imaginationen und der Musik:

Die Art der Formbildung in den Imaginationen erlaubt die Feststellung, dass Tim eine von der Musik evozierte Musikreise erlebte. Er nahm die Musik einerseits als förderlich und andererseits als hinderlich für den Imaginationsfluss wahr. Vor allem Parameter wie Lautstärke und Dynamik beeinflussten die Entwicklung seiner Imaginationen. Ausgehend von seiner inneren Wahrnehmung suchte er die Verbindung zur Musik, um mit ihr in Resonanz zu treten. War die Musik relativ leise, gelang das gut, war die Musik laut und zudem dynamisch, schien sie ihn von seinen inneren Bildern abzulenken. Im Verlauf dieser Sitzung erlebte er die Musik als Begleiterin oder im Hintergrund. Die Imaginationen entwickelten sich eher unabhängig von der Musik. In diesem Beispiel fällt jedoch die von Tim wahrgenommene Transparenz (in) der Musik auf, die sich in Metaphern wie Blätter, Schichten, Formen, Silhouetten äußert, um sich im Bild des Ahornblattes zu verdichten. Die absteigende Melodie (Takte 18–22) des wiederkehrenden Gralsmotivs evozierte seine Schlüsselimagination: „Es (das Ahornblatt) öffnet sich ... Drin ist es hell ...“ Gerade absteigende Melodien scheinen Erfahrungen auf den Punkt zu bringen. Die allmähliche Steigerung und instrumentale Verdichtung der Musik, das langsame Tempo, die vorhersehbaren Rhythmen und der immer voluminöser werdende Klang vermitteln dem Hörer ein Gefühl von Weite und den Eindruck eines ruhig fließenden Stroms. Dieser in sich ruhende Klangraum über acht bis neun Oktaven eröffnete den transpersonalen Raum, in dem Tim auf der integrativ-spirituellen Ebene imaginierte²⁹. Wie im folgenden Musikbeispiel 2 dargestellt, ist es schließlich der Proband selber, der transpersonale Erlebnisse als solche retrospektiv erkennt.

Musik als Anregung zum Transformationsprozess – Beispiel Vera

Das nachfolgende dritte Beispiel einer GIM-Sitzung kann die Bedeutung der Musik als Hauptwirkkraft im Therapieprozess verdeutlichen.

Musikbeispiel 2: Ausschnitt aus Brahms Klavierkonzert Nr. 2 in B-Dur, Op. 83, III. Andante aus dem Musikprogramm *Transitions*³⁰, 4. Stück (vgl. Bruscia 1996), fünfte GIM-Sitzung Vera.

29 Das qualitative Datenmaterial (Film- und Audioaufnahmen, Transkripte, Notizen) wurde nach dem Konzept der Imaginationsebenen nach Geiger, Maack (2010) analysiert. Die integrativ-spiritueller Ebene ist neben der sinnlichen Ebene, der Ebene der Geschichte und Biografie sowie der Ebene der Archetypen und Mythen die vierte und letzte Ebene.

30 Darstellung der verwendeten GIM-Programme: siehe Anhang B.

Phänomenologische Beschreibung der Musik: Der langsame dritte Satz des zweiten Klavierkonzertes von Brahms wird durch ein Violoncello-Solo eröffnet. Der Satz weist einen lyrisch-milden und liedhaften Charakter auf. Neben dem Lied „Immer leiser wird mein Schlummer“ (op. 105 Nr. 2), das im Anfangszitat des Violoncellos auftaucht, erscheinen in dem Più-Adagio-Teil Ausschnitte aus dem Lied „Todessehnen“ (op. 86 Nr. 6) und in der Oberstimme des Klaviers eine Anlehnung an den „Lerchengesang“ (op. 70 Nr. 2) (vgl. Tegethoff 2012). Ein neuer Teil (Più Adagio) mit seiner Verlangsamung und der unmittelbaren Rückkehr nach Dur beginnt pianissimo. Eine große Weite entsteht. An dieser Schlüsselstelle intoniert die Klarinette eine sehr langsam aufsteigende filigrane Melodie in Dur, gestützt durch die Stimme des Klaviers. Es webt Arpeggien in diese weiten Spannungsbögen, die sich behutsam modulierend zuerst nach oben, dann nach unten bewegen. Bald übernehmen die Streicher die Melodie der Klarinette und modulieren sie weiter in Abwärtsschritten, bis sie wieder in Moll endet. Eine große Ruhe kehrt ein. Entsprechend behutsam spielt das Cello das Eingangsmotiv. In kammermusikalischer Manier wird so das Solo-Cello über lange Strecken und bis zum Schlusston des Satzes zum Partner des Klaviers, der mit einer kleinen Klavier-Kadenz in einem abermals von unten nach oben strebenden Dur-Akkord endet.

Erfahrungen der Probandin Vera:

Die nachfolgend beschriebenen Erfahrungen der Probandin Vera zeigen auf, wie sich musikzentriertes Imaginieren äußern kann. Sie unterstreichen die Behauptung, dass die Imaginationen der fünften Musikreise Veras untrennbar mit der Musik verbunden sind. Während des Anfangsteils des Klavierkonzertes sagte sie: „Das ganze Stück hat so viele Töne, hohe, tiefe, jeder Ton tupft etwas anderes im Körper an. Und alles vibriert zusammen. Deshalb ist alles so wunderbar warm, belebt. Die Musik verteilt sich überall im Körper.“ Gleich danach ereignete sich in der Schlüsselstelle Folgendes:

[Was nimmst du wahr?]³¹ Keine Antwort

[Ja?] „Eine große Entspannung, das Orchester kommt manchmal wie eine brutale Flutwelle.“ [Brutal?]

„Geweitet ... alles öffnet sich jetzt. Alles ist weiß. Eine Gänsehaut läuft mir über den ganzen Körper.“

31 Interventionen der Therapeutin in Klammern.

In der detaillierten Analyse der Schlüsselstelle (Teil C: Takte 59–75) erscheinen in der Tabelle Stichwörter zur hermeneutischen Deutung der Musik und des Bilderpotenzials und parallel dazu die wörtlich übernommenen Imaginationen der Probandin Vera. Dies ermöglicht eine vertikale vergleichende Lektüre:

Takte Abschnitt	Phänomenologische Beschreibung Musik	Hermeneutische Deutung der Musik und des Bilderpotenzials	Imaginationen der Probanden Vera und [Interventionen der Therapeutin]
C (59–60) Audio: 6:30	Ein neuer Teil beginnt. Langsam. Klarinettensolo <i>ppp</i> , hohe aufsteigende Linie innerhalb eines Sextintervalls, Kantilene der Klarinette, Klavier sehr expressiv, gebrochene Akkorde mit Pedal, folgt der Stimme in noch höheren Tönen, begleitet von auf- und absteigenden Arpeggien, Orchester <i>pp</i>	Schlüsselstelle. Eine neue Klangwelt eröffnet sich: offener Raum. Daraus erhebt sich die Klarinette mit einer einfachen Melodie und langen Atembögen in luftige Höhen, das Klavier stützt mit Arpeggien, sehr ätherisch und weit, große Ruhe, bisher langsamster Teil.	[Brutal?]
C (61–62) Audio: 6:48	höchster Ton in der Klarinette, intoniert eine absteigende Melodie	Klarinette gehalten und durch Arpeggien im Klavier gestützt	„Geweitet ...“
C (62–64) Audio: 6:58	Klarinettensolo, sehr hoch gesetzt, gefolgt vom Klavier, das Orchester spielt die schon öfters vorgekommene abwärtsführende Melodie synkopisch über ganze Takte.	Lange Atem- und Spannungsbögen, geöffneter Klangraum, sehr sanft, Klarinette und Klavier im Zwiegespräch, sie lösen die Melodie zusammen auf.	„Alles öffnet sich jetzt ...“
C (65–68) Audio: 7:20	Klavier leitet in einer langen Phrase und perlenden hohen Tönen ins Cello-Solo über, Streicher setzen wieder ein und untermalen das Klavier <i>ppp</i> mit dem absteigenden Motiv.	große Ruhe, gesetzt, Raum offen, Streicher warmer Klangteppich für Klavier, einzelne perlende hohe Töne des Klaviers, wie schimmernde Sterne im Nachthimmel	(Stille)
C (69–70) Audio: 7:55	Ritardando, Orchester diminuendo, Klavier spielt jeden Ton des Arpeggios aus, Melodie bewegt sich in tiefere Lage.	große Verlangsamung, beinahe Stillstand	(Stille)
D (71–75) Audio: 8:15–8:49	Das Solo-Cello intoniert das Eingangsmotiv im Anfangstempo	Sehr warmer Klang des Solocello, einhüllend, Klavier schweigt.	„Alles ist weiß ...“

Tab. 6: Übersicht zur Schlüsselstelle: Brahms, Klavierkonzert Nr. 2 in B-Dur, 3. Satz
Audio: Zeitmaß nach Aufnahme Brahms: Naxos (aus dem GIM-Programm Transitions von Bonny, vgl. Bruscia 1996)

Beobachtungen zum Verhältnis der Imaginationen und der Musik:

Probandin Vera war von der ersten Sitzung an sehr auf die Musik fokussiert. Wie in den anderen Sitzungen erlaubte sie sich auch in dieser, auf die Musik körperlich zu reagieren. Es ließen sich vorwiegend sinnlich-ästhetische Wahrnehmungen beobachten. Dabei beschrieb sie verschiedene Zustände: Leichtigkeit des Körpers, Schweregefühl, Prickeln, Wärme, innere Kälte, Vibrationen, das Weiten des Körpers, das Gefühl des Zerfließens und immer wieder ein Wohlgefühl. Vera tauchte in die Strukturen und Prozesse ein, die sich in der Musik entfalten (vgl. Bruscia 2002). Ihre Erfahrungen kamen direkt aus der Musik. Im Post-Interview wurde deutlich, dass Vera diese Erfahrungen in die integrativ-spirituelle Ebene einordnete:

„... das andere Erlebnis, das ich am Schluss noch hatte, wo ich das Gefühl hatte, ich werde so wahnsinnig weit, aber ich bin ganz im Körper drin. Das war auch ein wahnsinnig wohliges Gefühl. Nicht unbekannt, dass der Körper nicht alles, nicht die Grenze ist. Wie so quasi einmal einen materiellen, fühlbaren Beweis des spirituellen oder des größeren Umfelds zu haben.“

Transpersonale Erlebnisse werden von körperlichen Erfahrungen begleitet. Große körperliche Entspannung führt zu transpersonalen Zuständen der Stille, die die Therapeutin als ehrfurchterweckend beschreiben möchte.

Vergleichende Betrachtung zur Rolle der Musik in Transformationsprozessen

In der Gegenüberstellung der Schlüsselimaginationen von Tim und Vera stellt man verblüffende Ähnlichkeiten in den Aussagen fest:

Tim: „Eins sieht aus wie ein Ahornblatt. Es öffnet sich ... Drin ist es hell ...“

Vera: „Geweitet ... alles öffnet sich jetzt ... Alles ist weiß ...“

Im Vergleich beider Partiturausschnitte wird ersichtlich, dass da, wo die vorhergehend beschriebenen Imaginationen auftreten, die Musik gemeinsame Qualitäten und Formen aufweist, die womöglich transpersonale Zustände fördern und unterstützen:

1. Instrumentierung:
 - sehr reichhaltig (Streicher, Bläser, Solo-Instrumente)
 - Violinen sehr präsent
 - größtes Klangspektrum von acht bis neun Oktaven
2. Tempo:
 - vorwiegend langsam
 - leichte Tempovariationen (vor allem Verlangsamung)
3. rhythmische Mittel:
 - kontinuierlicher 4/4- oder 6/4-Rhythmus
 - vorhersehbare Rhythmusänderungen

Langsame Tempi, reiche Orchestrierung und einfache musikalische Formen (z. B. Lied) öffnen Klangräume, die transpersonales Erleben fördern können. Diese Form von Erleben ist wiederum maßgebend für das Erleben von Transformation.

2 0 54

2:00 Eins sieht aus wie ein Ahornblatt

10

v. einz. Vl.

13

dim.

pp

trem.

über. Vl.

2:20 Es öffnet sich

2:35 Drin ist es hell

18

Fl.

Hb.

E.H.

Cl.

B-Cl.

Fag.

immer p

Gralsmotiv 2

R. W. IV.

Abb. 4: Partiturausschnitt Wagner, R.: Vorspiel zur Oper Lohengrin, WWV 75, S. 2. Internet, Petrucci, Public Domain. Bearbeitung: Steingruber, C. (2013)

6:48 Geweigt 6:58 Alles öffnet sich jetzt

61 Klar. (B) Klav. 1.Viol. 2.Viol. Br. Vcl. Vol.

65 Klav. 1.Viol. 2.Viol. Br. Vcl.

71 8:15 Alles ist weiss

69 rit. **D** Tempo I Klav. 1.Viol. 2.Viol. Br. Vcl. Solo Violoncell - Solo Vcl. K.B. rit. **D** Tempo I

166 PIANO CONCERTO NO. 2 IN B-FLAT MAJOR

Abb. 5: Partiturausschnitt Brahms, J.: Piano Concerto No. 2, Op. 83, Andante, S. 8. Internet, Petrucci, Public Domain. Bearbeitung: Steingruber, C. (2013)

Schlussbetrachtung

Der Anstoß für den vorliegenden Artikel war die Frage nach Formbildungsprozessen durch Transformation in der GIM-Methode. Vor dem Hintergrund der theoretischen Beschreibung von Transformation und Transformationsprozessen in der Psychotherapie, Transformationsmodellen, Konzepten aus der transpersonalen Psychologie und deren Phänomene konnte anhand von Beispielen aus einer explorativen Studie gezeigt werden, dass Transformation spezifische Formen annimmt. Innerhalb eines kurzen GIM-Therapieprozesses erprobten vier gesunde Erwachsene die transformative Wirkung des musikgeleiteten Imaginierens. Aus diesen Erfahrungen geht hervor, dass in diesem Rahmen Transformation als eine auf einer tiefen Bewusstseins Ebene stattfindende Veränderung verstanden werden kann. Wie zu beobachten war, wird Bewusstseins transformation von körperlichen Erfahrungen begleitet, die sich durch vielfältiges Erleben auf unterschiedlichen Ebenen äußern. Von großer Bedeutung für die Transformation ist vor allem das transpersonale Erleben, das sich in beobachtbaren Phänomenen wie *Gipfelerlebnissen* (*peak experiences*) und *Augenblicken der Wende* (*pivotal moments*) beschreiben lässt. Anhand von Beispielen konnte gezeigt werden, dass die in der therapeutisch begleiteten Auseinandersetzung durchgearbeiteten Themen mit zum Teil aufwühlendem Inhalt am Ende des Prozesses eine (Er-)Lösung bieten. In diesem Sinn sind gerade schmerzliche Erfahrungen ursächlich für die Bildung neuer Muster des Bewusstseins verantwortlich (vgl. *Augenblick der Wende* Mara). Daraus kann abgeleitet werden, dass Transformation unterschiedliche Intensität erreichen kann: *Gipfelerlebnisse* äußern sich gehäuft in Erfahrungen des Wohlbefindens, während *Augenblicke der Wende* als sehr unangenehm erlebt werden. Indem Schwierigkeiten durchgearbeitet bzw. transformiert werden, stellt sich ein Gefühl der Er-Lösung ein. Auffällig ist, dass solche *Augenblicke der Wende* drei Phasen im Verständnis nichtlinearer Dynamik selbstorganisierender Systeme aufweisen: Trennung vom alten Muster, Kipp- oder Veränderungsvorgang und Erreichen eines neuen Zustandes mit Integration eines neuartigen Musters. So wird eine weitere Bewusstseins Ebene erreicht, die die anderen Ebenen einschließt. Die Studie zeigt somit, dass die im Transformationsprozess beobachtete Dreiphasenstruktur Identifikation – Differenzierung – Integration ein wichtiges Merkmal von Transformation ist und mit dem Transformationsmodell einen geeigneten theoretischen Rahmen findet.

Die GIM-Methode hat sich in diesem Rahmen nicht nur als ergiebige Quelle zur Exploration von Transformation, sondern auch für die meisten Probanden als geeignete Methode erwiesen. GIM gibt dem freien Fluss des emotionalen wie auch assoziativen Geschehens Raum und ermöglicht durch verbale Begleitung eine zuverlässige Prozess-Steuerung. Das Verbinden von spontanem Imaginieren, dem Hören klassischer Musik in einem veränderten Bewusstseinszustand und therapeutischer Beziehung ermöglichte Erfahrungen, die den Körper, den Verstand wie auch den Geist gleichermaßen mit einbeziehen. Gerade die Integration der spi-

rituellen Ebene in den therapeutischen Prozess erwies sich als gewinnbringende Erfahrung für einige Probanden. Ihre Wirkung auf der körperlichen Ebene mag vorerst erstaunen, zeigt aber, dass Transformation eine ganzheitliche Erfahrung ist, die, körperlich verankert, die geistige Ebene umschließt. Das Erleben von Gefühlen und Zuständen während des Imaginationsprozesses ist ein wichtiges Merkmal des Erlebnisspektrums in der GIM-Methode und hat über die Sitzungen hinaus feststellbare Wirkung gezeigt.

Im Laufe dieser Studie wurde deutlich, dass die Verwendung klassischer Musikprogramme in der GIM-Methode der dynamischen Natur von Transformation und Transformationsprozessen entspricht. In spontan ablaufenden Imaginationssequenzen konnte die selbstorganisatorische Dynamik solcher Prozesse beobachtet werden. Die im GIM-Setting verwendete Musik bot einerseits Anstoß zur Musterveränderung, andererseits half sie den Probanden, neue Muster zu bilden. Dies geschah u. a. über die Identifikation der Probanden mit verschiedenen Elementen in der Musik: Strukturen, Muster, Instrumente, Interpretation, Lautstärke usw. Abrupte Wechsel in den musikalischen Parametern können effektiv sein und Transformation ermöglichen, der *Augenblick der Wende* ereignet sich jedoch während gut strukturierter und langsamer Musik.

Die vorliegende Arbeit bietet dem Leser einen Einblick in das vielschichtige Geschehen musiktherapeutischer Psychotherapie mit Hilfe der GIM-Methode. Sie ist eine Einladung, Transformation und ihre Prozesse besser zu erkennen und angemessen zu begleiten, vor allem im klinischen Setting. Diesbezüglich ist mein Bewusstsein für das Auf- und Erspüren von Wandel im Therapieprozess geschärft worden. Es ist deutlich, dass sich Transformation in der Musik-Psychotherapie erklären lässt und ein wichtiges, sinnstiftendes Element für therapeutisches Handeln im Allgemeinen ist. In der musiktherapeutischen Arbeit mit klassischer Musik mache ich immer wieder die Erfahrung, dass die Grundelemente für Transformation in jedem Menschen im Kern bereits angelegt sind. Einmal in Bewegung gesetzt, ermöglichen sie uns, eine Dimension des Geheimnisvollen zu erfassen und zu erfahren.

Anhang A: Teilnehmende am Forschungsprojekt (Kurzkizzierung)

Probandin Vera: 51, verheiratet, Mutter von zwei größeren Kindern, teilzeitbeschäftigte Lehrerin. Erstmalige Musiktherapie-Erfahrung. Gewohnte Konzertgängerin, Chormitglied. Hatte neue und bereichernde Hör-Erlebnisse, die über die fünf Sitzungen hinaus Wirkung zeigten und ihr familiäres Umfeld mit einschlossen.

Probandin Mara: 43, seit einigen Monaten in einer neuen Beziehung, in die der Partner zwei große Kinder einbrachte. Beruflich sehr engagiert als Lehrerin. Einige Vorerfahrung mit GIM. Musikalisch interessierte Frau mit Gesangserfahrung.

gen. Sehr überzeugt von der GIM-Methode. Sie erlebte diese GIM-Erfahrungen als sehr bereichernd.

Proband Tim: 38, verheiratet und Vater von zwei kleinen Kindern, beruflich Musiktherapeut im schulpyschologischen Dienst und in freier Praxis. Während des GIM-Projekts beruflich und familiär sehr eingespannt. Bisher keine Vorerfahrung im Imaginieren mit klassischer Musik, kannte sich aber sehr gut aus mit verschiedenen Imaginationstechniken. Die Sitzungen stellten für Tim eine sehr bereichernde Erfahrung dar.

Proband Alan: 39, verheiratet, Vater von zwei kleinen Kindern. Beruflich Chemiker in leitender Stellung. Während des GIM-Projekts beruflich wie familiär sehr eingespannt. Wäre sehr gerne Berufsmusiker geworden. Erstmalige Musiktherapie-Erfahrung sowie Therapie-Erfahrung überhaupt. Willkommene Form von Rückzugsmöglichkeit aus dem Alltag, die er in diesem Rahmen voll und ganz ausschöpfte. Erlebte die GIM-Erfahrung als sehr bereichernd und aufschlussreich.

Anhang B: Musikstücke der vier verwendeten GIM-Musikprogramme

Positive Affect (konzipiert von Helen Bonny)
 Yearning & Passion (konzipiert von Joanna Booth)
 Essential (konzipiert von Christa Steingruber)
 Peak Experience (konzipiert von Ken Bruscia)

Positive Affect (35:00)

- | | | |
|----|---|------|
| 1. | Elgar, Enigma Variationen, Nr. 8: W. N. und Nr. 9: Nimrod | 5:38 |
| 2. | Mozart, Vesperae Solemnes de Confessore, Laudate Dominum | 4:57 |
| 3. | Barber, Adagio für Streicher | 7:47 |
| 4. | Gounod, St. Caecilienmesse, Offertorium und Sanctus | 7:57 |
| 5. | Auszug aus Strauss, Tod und Verklärung, Moderato | 8:47 |

Yearning & Passion (27:48)

- | | | |
|----|---|-------|
| 1. | Elgar, Dream children Nr. 1, Andante | 3:28 |
| 2. | Villa-Lobos, Bachiana Brasileiras, Nr. 5, Aria | 7:55 |
| 3. | Rachmaninov, Klavierkonzert Nr. 2, Adagio sostenuto | 11:18 |
| 4. | Vaughan Williams, Romanza für Cello und Orchester | 5:07 |

Essential (41:25)

- | | | |
|----|--|-------|
| 1. | Dvořák, Die Waldtaube op. 110, Andante, Marcia funebre | 5:21 |
| 2. | Dvořák, Die Waldtaube op.110 (Ende: geschnitten) | 0:59 |
| 3. | Bernstein, Serenade, Agathon, Adagio | 7:03 |
| 4. | Rachmaninov, Die Toteninsel, op. 29 | 19:47 |

- | | | |
|----|---|------|
| 5. | Sibelius, Valse triste op. 44–1 | 5:01 |
| 6. | Copland, Appalachian Spring, Ballett für Martha | 3:12 |

Peak Experience (31:58)

- | | | |
|----|---|------|
| 1. | Beethoven, Klavierkonzert Nr. 5, Adagio | 8:11 |
| 2. | Vivaldi, Gloria, Et in terra pax | 5:21 |
| 3. | *Bach, Nun komm der Heiden Heiland | 5:17 |
| 4. | Fauré, Requiem, In paradisum | 3:42 |
| 5. | Wagner, Lohengrin, Vorspiel zum 1. Akt | 9:27 |
- *orchestriert von Respighi

Literatur

- Antonovsky, A. (1997): *Salutogenese. Zur Entmystifizierung der Gesundheit*. Dt. erweiterte Ausgabe von A. Franke. Tübingen
- AMI, Association for Music and Imagery (2015): In: Internet: <http://ami-bonnymethod.org> [Stand: 24.06.2015]
- Bock, J. (2007) in: Storch, M.; Krause, F. : *Selbstmanagement – ressourcenorientiert*. Grundlagen und Trainingsmanual für die Arbeit mit dem Zürcher Ressourcen Modell. 4. Auflage. Bern
- Bonde, L. O. (2002): Theoretical Foundations of Music Therapy. In: Wigram, T.; Nygaard Pedersen, I.; Bonde, L. O. (Hrsg.): *A comprehensive Guide to Music Therapy. Theory, Clinical Practice, Research and Training*. London and Philadelphia, 45–111
- Bonde, L. O. (2004): Musik als Co-Therapeutin: Gedanken zum Verhältnis zwischen Musik und inneren Bildern in The Bonny Method of Guided Imagery and Music (BM-GIM). In: Frohne–Hagemann, I. (Hrsg.): *Rezeptive Musiktherapie, Theorie und Praxis*. Wiesbaden, 111–137
- Bonny, H. L.; Summer, L. (Hrsg.) (2002): *Music and Consciousness: The Evolution of Guided Imagery and Music*. Gilsum NH
- Brahms, J.: Piano Concerto No. 2, Op. 83, Andante, S. 8. In: Internet: Public Domain. <http://imslp.nl/imglnks/usimg/8/81/IMSLP00706-Brpc23.pdf> [Stand: 12.06.2015]
- Bruscia, K. E. (1996): *Music for the Imagination. GIM Music Programs*. Gilsum
- Bruscia, K. E.; Grocke, D. E. (2002): *Guided Imagery and Music: The Bonny Method and Beyond*. Gilsum
- Bruscia, K. E. (2002): The Boundaries of Guided Imagery and Music (GIM) and the Bonny Method. In: Bruscia, K. E.; Grocke, D. E. (2002): *Guided Imagery and Music: The Bonny Method and Beyond*. Gilsum
- Damasio, A. R. (2010): *Selbst ist der Mensch. Körper, Geist und die Entstehung des menschlichen Bewusstseins*. München

- Döge, K.: *Da sei er schon viel weiter gegangen als im Tannhäuser*. Zur Musik des Lohengrin. In: Internet: http://www.wagner-verband-minden.de/lohengrin/daten/Doege_Zur_Musik_des_Lohengrin.pdf [Stand: 07.06.2013]
- Fischer, G. (1989): *Dialektik der Veränderung in Psychoanalyse und Psychotherapie. Modell, Theorie und systematische Fallstudie*. Heidelberg
- Gehirnlernen.de (2015): In: Internet: <http://www.gehirnlernen.de/gehirn/das-limbische-system-oder-das-saugergehirn/> [Stand: 28.05.2015]
- Geiger, E. M.; Maack, C. (2010): *Lehrbuch Guided Imagery and Music*. Wiesbaden
- Goldberg, F. (1995): The Bonny Method of Guided Imagery and Music. In: Wigram, T.; Saperston, B.; West, R. (Hrsg.): *The Art and Science of Music Therapy: A Handbook*. London
- Grocke, D. (1999): *A Phenomenological Study of Pivotal Moments in Guided Imagery and Music (GIM) Therapy*. Submitted in total fulfillment of the requirements of the degree of Doctor of Philosophy. Faculty of Music: The University of Melbourne
- Grof, S. (1975): *Topographie des Unbewussten. LSD im Dienst der tiefenpsychologischen Forschung*. Stuttgart
- Haken, G. (2004): *Synergetics. Introduction and Advanced Topics*. Berlin
- Haken H.; Schiepek G. (2006): *Synergetik in der Psychologie. Selbstorganisation verstehen und gestalten*. Göttingen
- Hegi, F.; Rüdüsüli (2011): *Der Wirkung von Musik auf der Spur. Theorie und Erforschung der Komponenten*. Zeitpunkt Musik. Wiesbaden
- Kandinsky, V. (1912): *Über das Geistige in der Kunst*. München
- Lawes, M.; Nares: *Yearning & Passion: A GIM Program by Joanna Booth. A heuristic Analysis*. Unveröffentlichtes Dokument für Ausbildungsgruppe 2009–2011, Imit, GIM Level III
- Mann, T. (1954): *Mein Wunschkonzert*. Thomas Mann spricht über Musik, die er gerne hört. Audio-CD. Hörverlag
- Maslow, A. (1968): *Toward a Psychology of Being*. Deutsche Ausgabe (1973): *Psychologie des Seins*. Ein Entwurf. Frankfurt a. M.
- Petrucci Music Library (IMSLP), Digital Sources. In: Internet: Public Domain. <http://imslp.org/> [Stand: 26. 06. 2015]
- Plassmann, R. (2011): *Selbstorganisation. Über Heilungsprozesse in der Psychotherapie*. Gießen
- Rickman, S. (2004): *Mia. A music charting program for GIM professionals*. Version 1.00 For Microsoft Windows
- Rufer, M. (2012): *Erfasse komplex, handle einfach. Systemische Psychotherapie als Praxis der Selbstorganisation – ein Lernbuch*. Göttingen
- Schiepek, G. (2011) (Hrsg.): *Neurobiologie der Psychotherapie*. 2. vollständig neu bearbeitete und erweiterte Auflage. Stuttgart

- Schlitz, M. M.; Vieten, C.; Amorok, T. (2011): *Innig leben. Die Kunst der Transformation wissenschaftlich untersucht*. Aachen
- Steingruber, C. (2011): *Essential. A Hero's Journey Music Program*. Unveröffentlichtes Musikprogramm
- Steingruber, C. (2013): *Transformation und Transformationsprozesse durch die rezeptive Musiktherapie-Methode Guided Imagery and Music*. Theoriearbeit zur Erlangung des Titels Master of Advanced Studies Klinische Musiktherapie. Unveröffentlichte Masterthesis, Zürcher Hochschule der Künste
- Strunk, G.; Schiepek, G. (2014): *Therapeutisches Chaos*. Eine Einführung in die Welt der Chaostheorie und der Komplexitätswissenschaften. Göttingen
- Tegethoff, M. (2012): *Johannes Brahms (1833–1897). Konzert für Klavier und Orchester Nr. 2 B-Dur op.83 (1881)*. Anna Malikova, Duisburger Philharmoniker, Jonathan Darlington. Wöllstein
- Tesch, R. (1990): *Qualitative research: Analysis Types and Software Tools*. New York
- Wagner, R.: Vorspiel zur Oper Lohengrin, WWV 75, S. 2. In: Internet: Public Domain. http://imslp.nl/imglnks/usimg/c/cd/IMSLP48954-PMLP03617-Wagner_-_Lohengrin_-_Act_I_orch._score_.pdf [Stand: 12.06.2015]
- Weinreich, W. M. (2005): *Integrale Psychotherapie. Ein umfassendes Therapiemodell auf der Grundlage der Integralen Philosophie nach Ken Wilber*. Leipzig.
- Wilber, K. (1977): *The Spectrum of consciousness*. Wheaton.
- Wilber, K. (1988): Das Spektrum der Entwicklung. In: Wilber, K.; Engler, J. P.; Brown, D. (Hrsg.). *Psychologie der Befreiung: Perspektiven einer neuen Entwicklungspsychologie – die östliche und die westliche Sicht des menschlichen Reifungsprozesses*. Bern, 77–116.
- Wilber, K. (2000): *Integral Psychology*. Boston, MA.
- Wilber, K. (2001): *Integrale Psychologie*. Freiamt.
- WHOQOL–SRPB (2000): *Users Manual. Scoring and Coding for the WHOQOL SRPB Field-Test Instrument*. Departement of Mental Health & Substance Dependence. Geneva: World Health Organization.
- WHOGroup (2002): *The WHOQOL Spirituality, Religion and Personal Beliefs (SRPB). Field-Test Instrument*. Geneva: World Health Organization.

Christa Steingruber
 Grand-Rue 98
 CH – 1110 Morges
 ch-steingruber@bluewin.ch
 www.musicotherapie-vaud.ch