

Der Seelenkomponist. Guided Imagery and Music (GIM): Eine Fallvignette

The Self-Composer. Guided Imagery and Music (GIM): A Case Vignette

Isabelle Frohne-Hagemann, Berlin

Der Beitrag vermittelt anhand einer Fallvignette einen Einblick in das therapeutische Potenzial der Methode Guided Imagery and Music (GIM). Imaginative Musikreisen zu bestimmten Musikzusammenstellungen sowie die anschließend gemalten Resonanzbilder des Klienten veranschaulichen die Entwicklungsschritte, die zu Übergängen, Überschreitungen und Überschreibungen alter Muster führen können. Eine besondere Rolle spielen in dieser Vignette die imaginierten inneren Gefährten des Klienten.

This paper presents a case vignette providing insight into the therapeutic potential of the Guided Imagery and Music (GIM) method. Music and imagery journeys to specific programs of recorded music as well as the client's subsequent mandala drawings illustrate developmental and mentalization processes which can lead to transition, transference and surpassing of old patterns. The imaginary inner travel companion is of particular importance in this vignette.

Einleitung

GIM ist eine in den USA in den 1970er Jahren von Helen Bonny begründete rezeptive Musiktherapieform (Bruscia & Grocke 2002), die auch im deutschsprachigen Raum seit den 1990er Jahren immer bekannter geworden ist (Frohne-Hagemann 2004, 2008, 2014 a, b; Geiger 2004; Geiger und Maack 2010). Hier werden Zusammenstellungen (meist) klassischer Musikstücke zu bestimmten existentiellen Themen indikationsspezifisch eingesetzt, um dem Klienten¹ Entwicklungs- und Reifungsprozesse zu ermöglichen. Diese Musikprogramme sind besonders gut geeignet, psychologische *Entwicklungen* erfahrbar zu machen. Sie tragen z.B. Titel wie Grieving, Loss, Consoling, Searching, Transitions usw. Diese Überschriften sind grundsätzlich allerdings eher als Optionen gedacht. In einer GIM-Sitzung können sich Themen auch in andere Richtungen entwickeln. Eine an sich angenehm

¹ Im Folgenden wird aus Gründen besserer Lesbarkeit nur die männliche Form verwendet. Die weibliche ist jedoch immer mitzudenken.

stützende Musik kann durchaus große Trauer auslösen, weil sie vielleicht bewusst macht, was der Klient bisher nicht erfahren hatte.

Der Aufbau von GIM-Musikprogrammen nach Helen Bonny folgt im Prinzip der Sonatenhauptsatzform (Frohne-Hagemann 1997; Booth 2005/2006), die ja auch ein Entwicklungsmuster von Mythen, Märchen und vieler Drehbücher ist:

Introduktion eines Themas/Motivs (das erste Musikstück),
Durchführung und Verarbeitung von Motiven (2. und ggf. 3. Musikstück),
Integration (3. und 4. Musikstück) und
Coda (letztes Musikstück).

Die Sonatenhauptsatzform ähnelt auch dem „tetradischen System“ therapeutischer Prozesse und hermeneutischer Suchbewegungen im therapeutischen Prozess (Petzold 1988, 81; Frohne-Hagemann 2001, 61) mit

Initialphase,
Aktionsphase,
Integrationsphase und
Neuroorientierung.

Entsprechend begegnet der Klient beim Hören seinen psychologischen Motiven und Themen. Die Musikfolgen können alte interiorisierte Erfahrungen, Muster und Gewohnheiten aktivieren, wobei die Durchführung der musikalischen Themen und Motive Empfindungen, Atmosphären, Stimmungen und Gefühlsqualitäten auslöst, Bilder und Szenen auftauchen lässt, Raum für neue Erfahrungen und Erkenntnisse öffnet und Impulse für die Gestaltung der eigenen Geschichten setzt. Wie in der Sonatenhauptsatzform entwickelt der Klient seine Themen weiter, erlebt neben Haupt- und Nebenthemen Verwicklungen, Ängstiges, aber auch Überraschendes und Ermutigendes. Auf diese Weise arbeitet er sich durch psychodynamisches und existentiell bedeutsames Material und bekommt die Chance, das Erlebte zu einem sinnstiftenden Narrativ zu gestalten.

Der Klient kann daher durchaus als *Komponist seiner eigenen psychologischen Themen und Persönlichkeitsentwicklungen* verstanden werden, wenn er sich mit seinem Thema oder seinem Anliegen auf die Musik einlässt. Beispiele für solche Foci sind: *aus der Einsamkeit herausfinden wollen, Selbstvertrauen entwickeln, Geborgenheit erleben, eine Entscheidung fällen, etwas Neues erkunden*. Der Klient, von dem hier die Rede sein wird, ist in dieser Hinsicht ein *Seelenkomponist*, daher auch der Titel dieses Beitrags.

Eine GIM-Reise ist ein Prozess, bei welchem der Klient über die musikevozierten Imaginationen² in die „Archive seines Leibes“ (Petzold 1993, 290f) „reist“³. Hier wurden positive und negative interpersonale und intermentale Lebenserfahrungen

2 Imaginationen werden in GIM als Oberbegriff für innere Bilder, Empfindungen, Gefühle, Anmutungen, Körpersensationen, Gedanken, Szenen etc. verstanden.

3 Daher wird der Klient/Patient „Traveller“ genannt.

nicht nur internalisiert, sondern im Sinne Vygotskij's (1969, 1972) „interiorisiert“. „Interiorisierung geschieht, wenn ich über die bloße Internalisierung hinausgehend das durch die Eltern erlebte Trösten mir selbst gegenüber anwende wie einem anderen gegenüber und mich dadurch selbst zu trösten vermag. Interiorisierte gute Stimmungen klingen dann im positiven Selbstzuspruch als Selbstermutigung auf, genauso wie erlebte ‚negative Attributionen durch Interiorisierungen‘ als negative Selbstattributionen“ (Petzold 2016, 14). Interiorisierungen prägen in höchstem Maße unseren Umgang mit anderen und uns selbst. In der Therapie geht es dann darum, diese Selbstattributionen durch eine mentalisierende Begleitung des Therapeuten (in GIM spricht man von einem ‚Guide‘) während und nach dem Musikhören zu beeinflussen.

Aus dem Leibarchiv aufsteigend können die interiorisierten „inneren Ausrichtungen“ (Petzold 2016, 14) in den imaginierten Bildern, Szenen, Verhaltensweisen und Gefühlen des „Reisenden“ wiedererlebt und somit verändert werden. Der GIM-Traveller reist in einem leicht veränderten Bewusstseinszustand durch ‚dunklere‘ wie ‚hellerer‘ Bereiche des Bewusstseins⁴. Die dunkleren Bereiche werden vegetativ, kinästhetisch, affektiv und atmosphärisch erlebt und sind noch wenig reflektierbar. Manchmal erlebt der Klient z. B. etwas Schweres, sein Körper scheint sich zu verändern oder er sieht nur Formen und Farben. Doch je bewusster (‚hellerer‘) das Erleben wird, desto mehr zeigen sich die interiorisierten inneren Ausrichtungen in der GIM-Reise in Bildern, Symbolen, Metaphern, Szenen und Geschichten.

Bewusstwerdungsprozesse vollziehen sich also in Übergängen zwischen verschiedenen Bewusstseinsfeldern. Was in Bottom-Up-Prozessen auftaucht, will jedoch mentalisiert werden, soll Sprache finden und Sinn erfahren. Der ja noch in den dunklen Archiven des Leibes wartende „wilde Sinn“ (Merleau-Ponty 1964/1986, 203) erschließt sich nämlich erst nach und nach. Er braucht intermentalen Austausch und Resonanz. Erst durch die *verbale Begleitung* der Imaginationen durch den Therapeuten während des Hörens und Erlebens gewinnt er im Verlaufe des Hörerlebnisses allmählich Kontur, Form, Inhalt, Bedeutung und Sprache. Der Therapeut fragt nach, ermutigt den Reisenden zu empfinden, zu erforschen, zu erleben und Gefühle zu durchleben. Er macht dem Reisenden bedeutsame Wahrnehmungen bewusster, indem er sie markiert betont: „Ah, Sie stehen vor einer *Höhle*?“, oder wenn der Klient Angst empfindet, dessen Gefühl spiegelt: „Die Höhle macht Angst?“ und weiter nachfragt: „Was ängstigt Sie so sehr?“

Erst in der *Interaktion* mit dem Therapeuten, mit der Musik und den eigenen Imaginationen können also die interiorisierten emotional-sozialen Ausrichtungen mentalisiert werden (Frohne-Hagemann 2015). Sprache entwickelt sich durch sprachlich benanntes gemeinsames Handeln. Erfahrungen werden *intersubjektiv* „interiorisiert“ (Vygotskij 1969, Werani 2011), Sinn wird nur in einer gemeinsamen, durch Kultur und Sozialisation vermittelten Sprache erfahren (Petzold 2016)

4 Ich beziehe mich hier auf das Modell des „Komplexen Bewußtseins“ der Integrative Therapie (Petzold, 1993/2003).

und auch hinterfragbar. Dies schließt auch das Erleben von Musik ein, die es ermöglicht, dass Emotionen, Gefühle und innere Bilder geteilt werden können. Deswegen ist der *Dialog* zwischen Guide und Traveller *während* des Hörens in Bezug auf die gehörte Musik und auf die Imaginationen sowie im Nachgespräch über das anschließend gemalte Resonanzbild und die Imaginationen unabdingbar, um Sinn und Bedeutung zu finden.

Wir sprechen bei GIM auch nicht zufällig von Musik-*Reisen*, denn eine Reise findet wie Musik in der Zeit statt. Auch eine GIM-Musikreise fußt auf dem Erleben und Er-fahren von Zeiträumen und Übergängen: dem Prozess vom Anfang bis Ende, von Vergangenen ins Gegenwärtige und Zukünftige, vom Unbewussten ins Bewusste. Durch das Wahrgenommen werden durch einen Anderen (und sich auch von der Musik verstanden fühlen) führt der Prozess weiter von der Eigenwahrnehmung hin zur Wahrnehmung des eigenen Selbst mit fremden Augen, von Orientierungslosigkeit zur Sicherheit, von der Abhängigkeit zur Autonomie, von alten Mustern zu neuen Möglichkeiten. Das Er-fahren von Übergängen *in der Zeit* ist die Grundlage eines jeden Sinn-*Findungsprozesses*. Man versteht ein Lied nicht, wenn man es nicht von Anfang bis Ende singt. Dazu braucht es Geduld. Ein „wilder Sinn“ (Merleau-Ponty) verwandelt sich aber durch die begleitete Er-fahrung quasi von selbst zum Sinn, der „Sinn macht“.

Eine Fallvignette

Eine GIM-Therapie dem Leser verständlich zu machen, bedarf differenzierter Beschreibungen: Abgesehen von anamnestischen und indikationsspezifischen Fragen zur Persönlichkeit, zur psychischen Struktur und zur gegenwärtigen biopsychosozialen Situation des Patienten müssen viele Aspekte untersucht werden: z. B.

- die Musikauswahl durch den Therapeuten hinsichtlich Diagnostik und Indikation (Grocke & Wigram 2007),
- das Imaginationspotenzial der ausgewählten Musik (Bonde 1997),
- die Imaginationen des Klienten im Zusammenhang mit der musikalischen Strukturanalyse (Grocke 2007),
- die Art des Guidings⁵ (Frohne-Hagemann 2014b),
- Übertragungen des Klienten auf die Musik, auf die Imaginationen und auf den Therapeuten sowie dessen Gegenübertragungen (Bruscia 1998),
- die symbolische Bedeutung der Imaginationen des Klienten (Bonde 2000),

5 Guiding betrifft den Dialog, d. h. die Fragen des „Guides“ (Therapeuten) während des Musikhörens und wie er die mitgeteilten Imaginationen und Gefühle des Klienten (Traveller) begleitet.

- die Verbindung zwischen Musikerleben und anschließendem gemalten Resonanzbild⁶ (Bush 1992, Booth 2005–2006).

Im begrenzten Rahmen dieses Beitrags ist dies alles nicht möglich, so dass ich mich auf die Entwicklung der musikstimulierten Imaginationen beschränke, die mein Klient in seinen Musikreisen zu Narrativen „komponierte“ und in seinen Resonanzbildern veranschaulichte. Diese können jedoch die kleinen Entwicklungsschritte nachvollziehbar machen, die zu Übergängen von unbewusstem bis zu klarbewusstem Erleben und zu Transitionen bzw. Reifungsschritten innerhalb seiner Persönlichkeit führten.

Herr K.

Herr K. ein 50jähriger Berliner, zart gebaut, jünger aussehend, mit sympathisch warmen braunen Augen, offen, aber auch angepasst und zu höflich wirkend, befand sich noch in Nachsorge in einer Suchtberatungsstelle und sollte psychotherapeutisch ambulant weiter behandelt werden. Er lehnte jedoch eine rein verbale Psychotherapie ab, da ihm Biographie-Arbeit zu „verkopft“ schien und weil er spürte, dass er sich emotional nur über einen kreativen Ansatz entwickeln würde. Als er von einem Mitarbeiter der Beratungsstelle von GIM hörte und ich wiederum von diesem hörte, dass Herr K. kein Junkie sei (dann wäre GIM eher kontraindiziert gewesen), vereinbarten wir ein Erstgespräch.

Herr K.: Anamnese in Stichworten

Wenig Erinnerung an die Kindheit, krebskranke Mutter, mit acht Jahren plötzlicher Tod der 12 Jahre älteren geliebten Schwester; mit neun Jahren Tod der Mutter; mit elf Jahren Tod der gleichaltrigen krebskranken Tochter der neuen Lebensgefährtin des Vaters; Vater, selbst als Pflegekind aufgewachsen, konnte ihn emotional nicht auffangen; ständige Maßregelungen des pubertierenden Jungen durch die nächste Lebensgefährtin des Vaters; ein Umzug nach Bayern, Mobbing in der Schule als „Saupreiß“, daher Rückumzug nach Berlin. Beginn intensiven Drogenkonsums; kurz nach seiner ersten Liebesnacht tödlicher Unfall der Geliebten.

Beruflich: Unter 400 Bewerbern für ein Studium als Bühnenbildner kam er in die engste Runde, musste aber absagen, weil er sich dem Vater zuliebe bereits für eine andere Lehre (Buchbinder) verpflichtet hatte. Später Studium zum Wirtschaftsingenieur; Drogenexzesse, wilde Partys, dennoch Abschluss des Studiums mit preisgekrönter Diplomarbeit.

6 In GIM „Mandalas“ (Sanskritwort für ‚Kreis‘) genannt. Auf einem DIN A 4 Blatt wird ein Kreis eingezeichnet als Einladung, sich beim Malen zu zentrieren. Dieser Kreis kann vom Klienten jedoch auch ignoriert werden.

Später: häufiger Wechsel zwischen Selbständigkeit, Anstellungen und Arbeitslosigkeit, Trennung von langjähriger, um einiges jüngerer Lebensgefährtin nach 11 Jahren, weil er dachte, dass das „das Beste“ ist, was er für sie noch tun könne, da er – zunehmend Drogen konsumierend – sich sexuell und emotional sukzessiv immer mehr entzog, ohne dies selbst zu verstehen. Blasenkrebskrankung und während der OP Tod der Stiefmutter.

Seitdem gänzlicher Verzicht auf Drogen (außer Zigaretten), in Nachsorge in der Suchteinrichtung, dabei arbeitslos, mittellos.

Was mich bei Herrn K. besonders anrührte war, dass er bei all den frühen und späteren Verlusten in seiner Not keine tröstende Resonanz erfahren hatte. Wo keine Resonanz ist, da bleibt die Seele sprachlos, kann sich selbst nicht erkennen, streift verloren und ratlos durch die Welt auf der Suche nach etwas, das sie nicht interiorisieren konnte. Die Arbeit mit klassischer Musik weckte aber in mir die Hoffnung, dass verbal begleitete GIM-Musikreisen ihm einerseits Unterstützung und Trost geben und ihn andererseits auch auf Neues neugierig machen und so einen Weg aus seiner abhängigen Struktur heraus in mehr Autonomie ermöglichen könnten.

Er brauchte ein Gegenüber, das ihn auch in der Sprachlosigkeit emotional verstand. Im Gegensatz zur üblichen rezeptiven⁷ Musiktherapie schien mir, dass er die verbale Begleitung *während* des Hörens besonders brauchen würde, um seine innere Welt besser erweitern, erkunden und mentalisieren zu können.

Wie man sich vorstellen kann, beginnt man eine GIM-Therapie nicht sofort mit langen, womöglich sogar den Klienten emotional schon herausfordernden und daher am Anfang kontraindizierten GIM-Musikprogrammen, sondern (auch aus diagnostischen Gründen) mit kurzen Musikimaginationen (MI) im Sitzen oder mit modifiziertem GIM⁸ und wenn – weil gewünscht – doch im Liegen, dann höchstens mit GIM-Programmen, die einen sehr supportiven Charakter⁹ haben. Über einen Gesamtzeitraum von ca. 50 Sitzungen fanden bei Herrn K. immer wieder Sitzungen auch ohne Musik statt, entweder um die Nachwirkung vorangegangener GIM-Reisen zu reflektieren oder weil anstehende Bewerbungen, Krebs-Untersuchungen etc. besprochen werden wollten.

Im Folgenden werde ich mich vor allem auf die GIM-Reisen beziehen, die emotionale Übergänge nachzeichnen.

7 Hier wird während des Musikerlebens nicht gesprochen.

8 MI: Hier wird ohne Dialog mit einzelnen Musikstücken gearbeitet. Modifiziertes GIM: Hier findet während der Musikhörphase ein verbaler Dialog statt, allerdings ist die Gesamtdauer deutlich kürzer als bei GIM.

9 Das schließt nicht aus, dass auch supportive Musikstücke emotional herausfordern können.

Die GIM-Therapie

Die ersten Therapiesitzungen mit kurzen Musikimaginationen und anschließend gemalten Resonanzbildern (z. B. einen langen Weg darstellend) zeigen, dass Herr K. erstens ahnt, viel Zeit für seinen Weg zu brauchen, zweitens, wie wichtig es ihm ist, sich zugehörig und gebraucht zu fühlen und drittens, dass es auch um Selbstfürsorge (Self-Care) gehen muss. GIM-Reisen, die in die Tiefe gehen, sind hier aus den genannten Gründen noch nicht indiziert. Außerdem muss er sich wegen seiner Krebserkrankung noch einer Nach-OP unterziehen und es steht noch ein wichtiges Bewerbungsgespräch an, das wir im Rollenspiel üben.

Aber nachdem beides sehr erfolgreich verläuft und es ihn entlastet, in der Hinsicht gesund zu sein und nach längerer Arbeitslosigkeit wieder Arbeit zu haben, ist die Zeit reif, dass seine Einsamkeit, Trostlosigkeit und Schuldgefühle zum Thema werden können. Herr K. sagt, er habe zwar Freunde, fühle sich aber dennoch allein. Er verdiene es wohl nicht, glücklich zu sein. Hier zeigt sich seine innere Ausrichtung, die dadurch geprägt ist, dass er wenig Trost in seinem Leben erfahren hat und damit gleichzeitig interiorisiert hat, sich auch nicht selbst trösten und aus der Einsamkeit befreien zu können. Um seine inneren Ressourcen zu aktivieren und mit sich selbst in Beziehung zu kommen, erwähne ich, dass es vielleicht hilfreich wäre, wenn er zunächst sich selbst zum *inneren Gefährten*¹⁰ werden könne und frage, ob er eigentlich in der Kindheit Stofftiere oder andere, unsichtbare Freunde gehabt habe. Ihm fällt sein Stofftier, ein heißgeliebter zotteliger Orang Utan ein, der größer als er selbst war. Der Gedanke, dass ihm vielleicht auch jetzt hilfreiche innere Gefährten zur Seite stehen könnten, macht ihn neugierig.

Um ihn das erforschen zu lassen biete ich ihm zwei sehr ruhige, langsame Musikstücke für eine modifizierte GIM-Reise an:

1. Pärt: Spiegel im Spiegel für Klavier und Cello (10:43 Min.).
2. Madredeus: O Mar (5:35 Min.).

Die erste GIM-Musikreise

Nach der Induktion zur inneren Sammlung und Vorbereitung auf die Reise in die innere Welt frage ich ihn, ob er die Musik einladen möge, ihm zu helfen, einen inneren Gefährten zu finden.

1. *Pärt*: Herr K. imaginiert ein kleines, altes und verwinkeltes Fachwerkhäus an der Ostsee. Ein Bär schleicht herum, ist aber nicht an Herrn K. interessiert. Er entfernt sich immer weiter vom Haus und hält am Strand nach etwas Ess-

10 Innere Gefährten sind nicht nur mentale Repräsentanzen eines individuell erlebten Selbst, sondern auch eines „generalized other“ (Mead 1962), der Vorstellungen der Erwartungen anderer repräsentiert, wie man sein soll oder nicht sein darf. Solche Vorstellungen werden interiorisiert, neurozerebral verankert und bestimmen unsere Beziehung zu uns selbst (vgl. Petzold 2016).

barem Ausschau. Ich frage beiläufig: „auch ein Einzelgänger?“ Herr K. bejaht überrascht, wodurch es ihm dämmert, dass der Bär wohl etwas mit ihm zu tun hat. Was möchte Herr K. nun, frage ich? Er inspiziert das Haus: kleine Räume, niedrige Decken deuten auf das Alter des Hauses, da „die Menschen früher ja wesentlich kleiner gewesen sind“. Auch das Bett im Schlafzimmer sei zu kurz (*symbolisch wunderbar verschlüsselt: ein Link zu seiner Kindheit*).

2. *Madredeus*: Herr K. bekommt Hunger und findet zu seiner Überraschung alles, was er braucht, um eine Suppe zu kochen (*es ist also alles da, um versorgt zu sein*). Er schaut nach dem Bären, der, als Herr K. ihn mehrmals ruft, auch mit einem Fisch kommt, den er „ähnlich wie ein Hund“ auf dem Boden ablegt, so dass Herr K. ihn problemlos nehmen und nun eine Fischsuppe mit Kartoffeln, Möhren und Zwiebeln kochen kann. Der Bär suhlt sich mit dem Rücken auf dem Rasen des Grundstücks. Als die Suppe fertig und genug abgekühlt ist, dass sich beide „nicht die Schnauzen verbrennen“, genießen sie schweigend und doch verbunden in aller Ruhe ihre Suppe und knabbern den Fisch von den Gräten. Dann legt sich der Bär an der Seite zur Ruhe und auch Herr K. geht ins Haus, um sich in dem kurzen Bett schlafen zu legen.

In dieser Reise gehen zwei Einzelgänger eine respektvolle Verbindung ein. Beide sorgen gemeinsam für Nahrung und genießen schweigend eine Zweisamkeit (*als hätte Herr K. seinen Organ Utan, sein ebenfalls namenloses Alter Ego wiedergefunden*). In seinem Resonanzbild im Anschluss an die Musikreise nimmt der Bär den ganzen Raum ein. Wie er denn sei, frage ich im Nachgespräch. Er sei größer als Herr K. (*wie der Orang Utan!!!*), zwar ein Einzelgänger und zurückhaltend, aber eigentlich eher ein gemütlicher Typ, so wie Balu, der Bär aus dem Dschungelbuch. Man dürfe ihn aber auch nicht ärgern. Ansonsten versuche er aber immer Ärger zu vermeiden und „Sachen wegzuschlafen“.



*Resonanzbild Nr. 1
„Der Bär“*

Ich stelle mir vor, wie Herr K. sich nach den schlimmen Verlusten in seiner Kindheit emotional in den Winterschlaf zurückgezogen und so seinen Kummer weggeschlafen hatte: ein Verhalten, das sicher zu seinem Drogenkonsum beigetragen hatte, das er aber auch heute noch lebt, wenn er Konflikten aus dem Weg geht. Es

ist jedoch noch zu früh, diesen Bezug herzustellen. Ich bin froh, dass er als der sich anästhetisierende „Bär“ immerhin emotional nicht ganz abgestürzt ist, sondern überlebt hat¹¹.

Entwicklung vollzieht sich in „polaren, einander bedingenden Wechselbewegungen“ (Frohne 1981). Eins bedingt das andere und in Bezug auf Entwicklungsprozesse bildet der Gegenpol den Übergang zu neuen Erkenntnissen. Gleich in der nächsten Sitzung, auch einer GIM-Sitzung, zeigt sich ein gegensätzlicher Selbstanteil. Herr K. meint nämlich, er habe wohl auch einen Dämon in sich: Seit der letzten Sitzung, als es möglich war, dass er und der Bär sich auch schweigend verstanden, sei er auf sich und seine Ex-Freundin wütend. Er habe ja seine Zurückhaltung ihr gegenüber *damals* einfach nicht erklären *können*, weil er sich selbst nicht verstand. Aber *jetzt*, wo er doch Annäherung und Klarheit *suche*, sie aber nichts mehr von ihm wissen will, sei er plötzlich wütend auf sie und sich selbst.

Zweite GIM-Musikreise (ohne Resonanzbild)

Damit dieser wütende Dämon Raum bekommen kann, beschließen wir eine weitere modifizierte GIM-Reise (im Sitzen, um nicht zu regredieren), für die ich folgende Musik auswähle: Carl Nielsen: 5. Sinfonie, op. 50, 1. Satz (9:41 Min.).

Diese Musik beginnt sehr harmonisch und lieblich, wird jedoch zunehmend durch ein störendes Motiv in ein wahres Schlachtgetöse verwandelt. Es geht in dieser modifizierten GIM-Reise nicht um ein Ausagieren blinder dämonischer Wut, sondern darum, dass Wut als Affekt im Sinne von Kraft reguliert und integriert werden kann.

Herr K. imaginiert zunächst die am Anfang noch schöne Zeit mit seiner Ex-Freundin und erlebt dann zunehmend seine Frustration, nicht kommunizieren zu können. Vier Minuten vor Musikende gelingt es ihm jedoch, sich mit der mittlerweile sehr aggressiven Musik zu verbinden und (ermutigt von mir) einmal laut, (aber nur ganz kurz, denn er müsse ja *cool* bleiben), seinen Ärger herauszufluchen.

Im Nachgespräch besprechen wir sein „Cool bleiben müssen“, denn der Dämon hatte sich ja nur ganz kurz artikulieren dürfen. Herr K. verhält sich ihm gegenüber wie der Bär, ohne dass dieser hier allerdings erwähnt wird: „Cool sein“ heißt für Herrn K., negative Emotionen zu unterdrücken und Konflikten besser aus dem Weg zu gehen, um das Gegenüber nicht zu verletzen. In seinem „Cool sein“ *müssen* versteckt sich nicht nur die Befürchtung, geliebte Menschen vermeintlich deswegen zu verlieren oder schon verloren zu haben (z.B. seine Mutter), weil er

11 Tiere kommen in GIM-Reisen häufig vor. In den mythologischen Erzählungen der Menschheit taucht z. B. der Bär oft als Beschützer oder als Vermittler zwischen Himmel und Erde auf, er ist mit dem Tod vertraut, denn er weiß, ihn auch zu überleben. Er kann jedoch auch angreifen, wenn Uneingeweihte die Grenzen zu spirituellen Bereichen verletzen (vgl. Ronnberg & Martin, o. J., 272).

nicht lieb genug oder wegen eigener Bedürfnisse und Ansprüche anderen Menschen möglicherweise lästig war. Hinter seinem „Cool sein“ verbirgt sich auch die dahinterliegende Erfahrung, dass ihm eh niemand zuhört. Dies hat Herr K. leiblich als innere Ausrichtung interiorisiert, woraus folgt, dass er sich auch sich selbst gegenüber entsprechend verhält, indem er verstummt (und wie der Bär lieber alles *wegschläft*). Aufgrund der fehlenden positiven Resonanzen fehlt die Erfahrung, dass ein klärendes Gespräch möglich ist. Dies wiederum macht verständlich, dass die ursprüngliche Bedeutung von Coolness¹², nämlich in gefährlichen Situationen ruhig zu bleiben und emotional eskalierende Situationen zu deeskalieren, *um dann* vernünftig miteinander reden zu können, von Herrn K. nicht in letzterem Teil erfahren werden konnte. „Cool sein“ bedeutet für Herrn K. nicht *Gelassenheit*, sondern *Unterdrückung* oder *Vermeidung* von Gefühlen, was letztlich zur Sprachlosigkeit und zur Trennung führte.

Wir bleiben beim Dämon. Ich bitte Herrn K., sich zuhause Gedanken und Notizen über den Dämon zu machen und ihm auch einen Namen¹³ zu geben. Der Dämon erhält den Namen *Surgur* und verwandelt sich daraufhin auf wundersame Weise in einen modernen (heutzutage harmlosen) Drachen, der wie „Grisu“¹⁴ aussieht: hellgrün mit Puscheln an den Ohren, aber viel größer, mit „Zwölfpack“, also stark ausgeprägter Brustmuskulatur, breiter Schnauze, großen Nasenlöchern, kleinen Flügeln und langem Schwanz¹⁵.

Zu Herrn K. s Überraschung wäre Surgur gar nicht so böse wie gedacht, sondern ein „friedliches Kerlchen, das nur gerne seinen sowieso schon vorhandenen Drang zur Unvernunft zu befeuern weiß“. Surgur sei ein „Draufgänger“, schere sich nicht darum, was andere Leute von ihm dächten und hielten, er könne sogar Feuer spucken und sei nicht dafür verantwortlich, was Herrn K. in seinen negativen Gedanken befeure, da es gar nicht seinem Naturell entspreche. Er sei eher eine „Kraft“, die Herrn K. viel mehr stärken könnte¹⁶.

Das ist eine ganz neue Sichtweise: Herr K. hat einen Selbsteil gefunden, der offenbar anderen (noch) nicht gefallen oder Rücksicht nehmen muss, weil er

12 Vgl. Dinerstein, J. (2017).

13 Die Namensgebung dient der Personalisierung, so dass der Andere persönlicher und damit ansprechbarer wird.

14 Vgl. Online: https://de.wikipedia.org/wiki/Grisu,_der_kleine_Drache. (Zugriff: 10.08.2017).

15 Es war ihm nicht bewusst: Grisu wollte Feuerwehrmann werden, was ihm verwehrt wurde. Herr K. wollte Bühnenbildner werden, musste aber seinem Vater zuliebe darauf verzichten und wurde Ingenieur.

16 Der Drache repräsentiert jedoch auch sozial unerwünschte Züge, die zum Schatten werden. Dazu sagt C. G. Jung (1950) aber, dass der Schatten nicht nur aus moralisch-verwerflichen Tendenzen besteht, sondern auch gute Qualitäten hat und dass das Böse im Schatten oft erst dadurch entsteht, dass diese guten Qualitäten verdreht oder missdeutet werden.

(noch) auf eine kindlich-unbekümmerte Weise nur die eigenen Bedürfnisse und Interessen ausleben will. Herr K. hat jetzt zwei Anteile gefunden, die ziemlich gegensätzlicher Natur sind: der eine will seine Ruhe haben, sich zurückziehen und von schlimmen Dingen nichts wissen, dieser verdrängt alles. Der andere stürmt heraus, übertritt Grenzen und Regeln und macht, was er will, beides zum Teil extrem. Wo ist die Mitte? (Entweder lebte Herr K. einsam und isoliert oder nahm Drogen und verausgabte sich auf wilden Partys).

Dritte GIM-Musikreise

Die beiden neuen Gefährten des Herrn K. werden so präsent, dass der Drache und der Bär in der nächsten GIM-Reise mit von der Partie sind. Ausgangspunkt ist Herrn K.s Metapher über seine emotionale Situation: „Ich schippere in einer Nusschale auf dem Ozean“. Diese Metapher hatte einen Bezug zu Herrn K.s Ex-Lebensgefährtin, die ihm den Spitznamen „Weltmeerbär“ gegeben hatte.

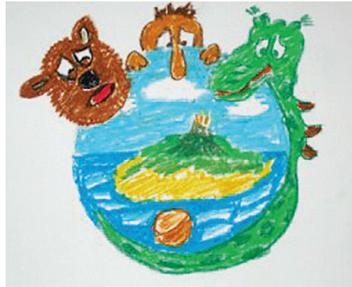
Für diese Reise wähle ich folgende Musikstücke¹⁷

1. Pierné: Konzertstück für Harfe, op. 39 (14:40 Min.).
 2. Rachmaninow: Symphony Nr. 2, e-moll, op. 27 (Adagio) (12:47 Min.).
 3. Respighi – Fountains of Rome, Villa Giulia at Dawn (4:30 Min.).
 4. Respighi – Fountains of Rome, Villa Medici at Sunset (5:45 Min.).
1. *Pierné*: Herr K. schippert mit Surgur und dem Bären in einer Nusschale auf dem unendlichen (aber ruhigen) Ozean. Die beiden Gefährten versuchen aus Spaß, die Nusschale ins Wanken zu bringen und werden immer wilder. Herr K. ist nicht begeistert und ruft sie zur Ordnung. Man landet auf einer Insel mit Robinson Crusoe Strand. Surgur ist der Unternehmungslustige und will gleich in den Wald. Herr K. will für Sicherheit sorgen und zuerst das Boot festmachen.
 2. *Rachmaninow*: Die menschenleere Insel wird erkundet. Tiere (Affen, Schildkröten) wundern sich über die drei Besucher („komische Wesen“). Surgur besteigt einen aktiven Vulkan und springt sogar hinein. Dass seine oberste Hautschicht etwas angekokelt wird, sei gar nicht schlimm. Herr K. vertraue ihm ganz: „der weiß, was er sich zumuten kann“. Eine Biene sticht den Bären in die Nase. Er sucht Honig, die Bienen geben ihm erstaunlicherweise einen Topf voll Honig, von dem er den anderen etwas abgibt. In einer Gegend, wo überdimensional hohe Pilze wachsen, fühlt Herr K. sich plötzlich so klein wie Alice im Wunderland und würde da nicht gern allein durchgehen.
 3. und 4. *Respighi*: Es wird noch vieles auf der sehr vielseitigen, lebendigen Insel erforscht. Der Bär trifft z.B. einen Pandabären, der ihn lehrt, was man aus Bambus machen kann. Jeder der Drei kann aber tun und lassen, was er will. Jeder hat seinen Raum, aber man hält zusammen und hilft einander. Zum Schluss beschließen sie, noch drei Tage zu bleiben und genießen den Ausblick aufs Meer.

¹⁷ GIM-Programm „Relationships“, designed von Helen Bonny.

Begleitet von seinen Gefährten reist Herr K. mutterseelenallein auf dem Weltmeer zu einer einsamen Insel und erforscht wie ein Robinson Crusoe ein Neuland. Surgur ist der neugierige, furchtlose und unverletzbar Entdecker, der Bär derjenige, der Nahrung findet, jetzt gewissermaßen auch geweckt wird (Bienenstich) und bereit ist, vom anders gearteten Artgenossen Pandabären etwas zu lernen. Überraschend ist, anders als sonst erlebt zu werden (*die Affen erinnern Herrn K. im Nachgespräch an seine Chefs*), jedoch ist auch befremdlich, sich zwischen den riesigen Pilzen¹⁸ zu befinden. Die Erfahrungen sind vielseitig.

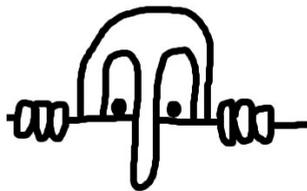
Das Resonanzbild betont allerdings mehr den unendlichen Ozean, die Nusschale und die Insel. Die drei Gefährten scheinen alles zu halten.



Resonanzbild Nr. 2
„Die Insel“

Herr K. in der Mitte wirkt auf mich wie ein junger Mann, der sich noch nicht ganz zeigen mag, aber schon mal über die Mauer schaut. Herrn K. fällt dazu seine Sehnsucht ein, Altes einfach mal loslassen zu können, um sich auf unbekanntes Neues einzulassen. Allerdings traue er sich das aber noch nicht zu.

Mir fällt die Ähnlichkeit mit dem berühmten Graffito „*Kilroy was here*“ auf und ich spreche Herrn K. darauf an. Er kennt den Slogan, weiß aber nichts über die Bedeutung¹⁹ und ich vertiefe das auch nicht weiter. Ich erinnere mich aber an die Forschungen des großen Psychologen Norbert Bischof, der in diesem Graffito das „Zeichen des Tricksters mit phallischer Anspielung“ erkennt (Bischof 1998, 488).



Grafik Nr. 1 *Kilroy was here*

¹⁸ Die riesigen Pilze können auch als Phallussymbole gedeutet werden.

¹⁹ Der 1939 auf Schiffen und in militärischen Häfen in den USA gezeichnete Slogan *Kilroy was here* wurde laut Wikipedia bei US-amerikanischen Truppen zum Super-GI, d.h. für den Mann, der *immer schon vorher genau dort gewesen war, wo die Truppen hin gesandt wurden*.

Laut Bischof weist dieser Trickster²⁰ Merkmale dreier Reifungsphasen auf, die Freud als Entwicklungsalter der Latenzperiode bezeichnete.

„1. Phase: *Infantile Abhängigkeit*: Jammer über den Verlust der Mutter, ungezogenes Austesten der elterlichen Toleranz.

2. Phase: *Erhöhte Unternehmungslust* (ziellose Wanderschaft, hemmungslose Neugier, Drang, alles auszuprobieren ...), *Unzureichende Persönlichkeitsintegration* (schillerner Charakter, Abspaltung des Genitalbereichs), *Soziale Inkompetenz* (...), *Mißverhältnis von Ratio und Erfahrung* (...).

3. Phase: *Emotionale Reifung* (genitale Integration....), und *Wandlung zum Wohltäter*“....“

(Bischof, 1998, 489)

Im Sinne Bischofs zeigen sich interessanterweise in dieser dritten Musikreise die *Trickster-Merkmale* sogar *aller drei Reifungsphasen*: Herr K. schippert „mutterseelenallein“ in einer Nusschale im unendlichen Meer und landet dann auch noch auf einer menschenleeren Insel (Phase 1). Es scheint, als ob er gemäß dem Kilroy-Slogan *schon vorher genau dort gewesen war, wo jetzt die Reise hinging (dort nämlich, wo keine Menschen, sondern die Einsamkeit ist)*. Man muss sich wie Robinson Crusoe eben allein durchschlagen und zurechtfinden. Es scheint, dass er unbewusst den vom Bären „weggeschlafenen“ Kummer durch diese Reise wieder aktiviert.

Gleichzeitig klingt im Imaginationsmotiv der Nusschale, die von den Gefährten „aus Spaß“ ins Wanken gebracht wird, mit dem „Austesten der elterlichen Toleranz“ eine Über-Ich-Thematik an, die übrigens in der fünften Reise wieder auftauchen wird. Herr K. weist damit *Trickster-Merkmale der 2. Reifungsphase* auf. Noch delegiert er das draufgängerische, neugierige und furchtlose Verhalten an den Drachen Surgur, weil er selbst sich noch nicht traut. Surgur ist jedoch ebenfalls unreif, emotional auch immun: es sei ja nicht schlimm, dass seine oberste Hautschicht etwas angekokelt wird. Dass die Gefährten jedoch zusammenhalten und einander helfen, weist auch auf Merkmale der die 3. *Reifungsphase* hin.

Ich finde Bischofs Forschungsergebnisse nachvollziehbar. Obwohl Herr K. den Kilroy-Slogan weder bewusst gemalt hatte noch den Hintergrund dieses Zeichens kannte, kommen die drei entwicklungspsychologischen Reifungsphasen in derselben GIM-Reise deutlich zum Ausdruck. Dies zeigt, dass unser Unbewusstes innere Veränderungsprozesse offenbar schon lange vorbereitet, bevor die Zusammenhänge in einem Bottom-Up-Prozess bewusstseinsklarer werden. Die Zukunft wird schon antizipiert. Veränderungsprozesse scheinen aber wohl eher erst dann in Gang zu kommen, wenn ein Reiz oder der Anstoß von außen kommt, in diesem Fall eben durch die Musik und durch den Dialog mit der Therapeutin.

²⁰ Vgl. zum Begriff des Tricksters: Online: <https://de.wikipedia.org/wiki/Trickster> (Zugriff: 19.06.2017).

Das Thema des Kummers („Tricksterphase 1“) ist offenbar noch virulenter als das Neuland, denn die GIM-Reise wirkt so nach, dass Herr K. über die Woche immer mehr Zugang zu seinen traurigen Gefühlen bekommt. Gerade die spannenden neuen Erfahrungen mit den Gefährten lassen ihn nämlich seine Verluste, seine Einsamkeit, die Traurigkeit und Verlorenheit in seinem Leben deutlicher spüren. Auch hier wird die Entwicklung vorangetrieben durch den verdrängten Gegenpol. In der folgenden Sitzung (ohne Musik) will Herr K. von dieser Verlorenheit erzählen und zum ersten Mal kann er weinen und seinen ganzen Schmerz mit der Therapeutin teilen.

Nach dieser emotional wichtigen und sehr berührenden Sitzung ist Herr K. wie verwandelt, er fühlt sich befreiter, so als hätte er sich aus seiner alten Wirklichkeit in eine neue Wirklichkeitsdimension begeben.

Vierte GIM-Musikreise

Um dieser Wendung Raum zu geben, wähle ich aus dem GIM-Programm „Transitions“²¹ folgende Musikstücke, die geeignet sind, Übergänge und Veränderungen zu thematisieren.

1. Strauß: Ein Heldenleben, op. 40 (Ausschnitt aus „des Helden Weltflucht und Vollendung“) (6:00 Min.).
 2. Brahms: Sinfonie Nr. 3, F-Dur, op. 90 (Poco Allegretto) (20:04 Min.).
 3. Beethoven: Sinfonie Nr. 9, d-moll, op. 127 (Adagio molto) (12:27 Min.).
1. *Strauß*: Herr K. durchwandert Berlin mit dem (für Andere nicht sichtbaren) Bären und dem Drachen, geht über den Flohmarkt an der Uni vorbei und erzählt seinen Gefährten von der Zeit, wo er Kunst studieren wollte.
 2. *Brahms*: Die Gefährten wollen davon nichts hören, sondern suchen Vergnügen und wollen unter Menschen sein. Surgur guckt hübschen Frauen nach, der Bär trinkt Tee mit Honig. Man ist durch den schönen Tag wie euphorisiert.
 3. *Beethoven*: Surgur will Neues ausprobieren und auch Herr K. lässt sich anstecken. Er genießt es, wie ein Kind zu spielen, Papierdrachen steigen und fliegen zu lassen und auch selbst in Gestalt von Surgur zu fliegen: „die Leute wundern sich, weil sie Surgur nicht sehen können und nur mich sehen, wie ich mit den Kindern Drachen steigen lasse“. Zuhause angekommen, genießen alle drei den Abend auf dem Balkon mit herrlichem Blick auf die Stadt. Wie eine Familie nach dem Tagesausflug: Der Bär trinkt seinen Tee mit viel Honig und Surgur erzählt begeistert von seinen Flugkünsten.

²¹ GIM-Programm „Transitions“, designed von Helen Bonny.



Resonanzbild Nr. 3
 „Die lebendige Stadt, in der ich lebe“

Man erkennt die drei Gefährten von hinten, auf dem Balkon sitzend, wie sie die Stadt betrachten. Herr K. in der Mitte ist jetzt viel größer geworden. Im Gegensatz zur letzten Reise, wo er seine menschenleere Insel erforschte, entdeckt Herr K. jetzt die kindliche Freude, wieder zu spielen (eine bis dahin brachgelegene Ressource), gleichzeitig aber auch das Leben erwachsener Menschen teilen zu können. Auch befindet er sich nicht auf einer imaginierten Insel, sondern ganz konkret dort, wo er lebt: in Berlin.

Mittlerweile hat Herr K. 21 Sitzungen (und 7 MI bzw. GIM-Reisen) gehabt. Die beiden Gefährten haben ihm wichtige Selbstanteile bewusst gemacht. Das ermöglicht nun neue Schritte in konfliktreichere emotionale Gefilde.

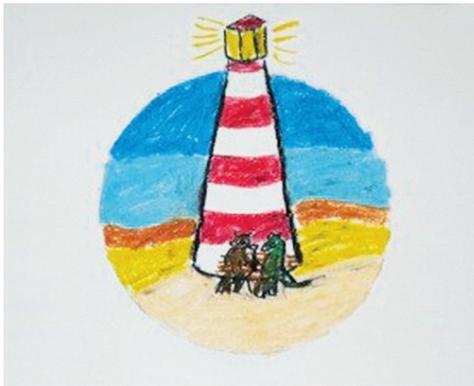
Fünfte GIM-Musikreise

Die fünfte hier beschriebene GIM-Reise soll helfen, eine anstehende emotional bedeutsame Entscheidung zu fällen. Herr K. will mit den Gefährten Möglichkeiten und Wege zur inneren Klarheit finden. Ich wähle folgende Musikstücke²² aus, die fast zwingen (besonders Messiaen) sich im emotionalen Hier und Jetzt für innere Belange Zeit zu nehmen:

1. Bartok: Hungarian Sketches, Sz. 97: An evening in the village (2:50 Min.).
 2. Corigliano: Voyage for flute and string Orchestra (8:12 Min.).
 3. Messiaen: Turangalila-Symphonie: VI Garden of love's sleep (10:30 Min.).
 4. Tavener: The Repentant Thief: First Lament (2:15 Min.).
 5. Pärt: Da pacem Domine (5:42 Min.).
1. *Bartok*: Herr K. imaginiert eine Küste mit Dünen. Er sieht einen Leuchtturm, vor dem Surgur und der Bär auf einer Bank auf ihn warten. Surgur freut sich auf ihn, während der Bär Winterschlaf halten möchte.

²² GIM-Programm „Present Moments“, designed von Ellen Thomasen.

2. *Corigliano*: Herr K. drängt auf Diskussion der Angelegenheit. Der Bär meint, man solle über die Sache schlafen, sie regle sich dann von allein. Surgur meint, er kenne das Problem so nicht und Herr K. solle sich mit Details doch nicht so einen Kopf machen. Auch die Musik sagt zuerst, alles würde gut.
3. *Messiaen*: jetzt findet Herr K., dass die Musik „quengelt und die Harmonie stört“ (*die langsame und hypnotisch statische Musik bremst tatsächlich ein Bedürfnis, schnell Eindeutigkeit zu finden*). Herr K. wird immer unruhiger. Obwohl er „im Kopf“ weiß, dass es kein Richtig oder Falsch gibt, drängt er auf eine Entscheidung. Bär und Drache haben aber keine Lust zu diskutieren. Der Bär schenkt Tee ein und meint es reiche, sich eine Bäarin zum Kuschneln zu suchen. Herr K. beklagt, dass Surgur ein Aktivist sei, der aber nie die Konsequenzen bedenke.
4. *Tavener*: Herr K. beneidet beide zwar, weil sie sich „ihrem Naturell entsprechend verhalten“, doch selbst quält er sich weiter, weil er ja schließlich Verantwortung trägt („ich muss ja arbeiten, die beiden aber nicht“).
5. *Pärt*: Der Bär hat keine Energie mehr, er müsse jetzt schlafen, die Musik sagt: bleib ruhig, alles wird gut. Herr K. erlebt eine höhere Macht, die ihm Sicherheit gibt und ihn ermutigt: Vertrau Dir! Er kann sich jetzt erlauben, das Gefühl zu erleben und einfach *da zu sein*.



*Resonanzbild Nr. 4
„Da Sein“*

Das *Da Sein* wird auch der Titel des Resonanzbildes. Man sieht Herrn K. ganz klein zwischen dem Drachen und dem Bär, was wohl auch seine Hilflosigkeit ausdrückt, gegen den Widerstand der Gefährten selbst eine Entscheidung zu fällen. Die Auseinandersetzung mit den konfliktunfähigen bzw. -vermeidenden inneren Selbstanteilen gelingt noch nicht. Er ist noch nicht Herr im Haus. Die alten interio-rierten inneren Ausrichtungen beherrschen ihn noch.

Im Nachgespräch bitte ich ihn deshalb, sich einmal mit dem Leuchtturm zu identifizieren, den ich dann interviewe. In dieser Rolle und erst jetzt erlebt er, dass er doch den Überblick hat und dass er derjenige ist, der wegweisend ist und die Gefahren am besten kennt. Er stellt überrascht fest, dass der Leuchtturm der Anteil

in ihm ist, der ihm Sicherheit vermittelt²³, eine innere Autorität. Der Leuchtturm taucht zwar gleich zu Beginn der ersten Musik auf. Als „höhere“ Macht erlebt er ihn jedoch bewusst erst in der letzten Musik. Man kann ihn als Repräsentanz seines geistig-spirituellen Bewusstseins, aber durchaus auch als Symbol für eine deutlich aufgerichtete Männlichkeit sehen.

Sechste GIM-Musikreise

Das Gefühl, von einer höheren Macht beschützt zu sein und dadurch auch mehr Selbstvertrauen haben bzw. sich autonomer fühlen zu dürfen, wird präsenter. Thema ist jetzt sein Stress am Arbeitsplatz, weil er keine klaren Aufgaben bekäme und nicht wage, den Chef damit zu konfrontieren. Ich habe dennoch das Gefühl, dass Herr K. sich seinen Konflikten stellen kann und wage es, ein mehr herausforderndes GIM-Musikprogramm²⁴ zusammen zu stellen.

Als geeignete Musik wählte ich

1. Haydn: Cellokonzert in C-Dur (Adagio) (9:39 Min.).
2. Vaughan Williams: In the Fen Country (14:40 Min.).
3. Prokofieff: Montagues und Capulets (aus Romeo und Julia), (6:15 Min.).
4. Glasunov: Kleines Adagio aus Die vier Jahreszeiten (Der Herbst) (3:34 Min.).

Diesmal hat Herr K. keine Bilder, sondern bewegt sich ganz in Konfliktsituationen.

1. *Haydn*: Herr K. fühlt sich – nicht unangenehm – auf dem Liegesessel wie festgeklebt. Die Musik ist friedlich und lädt ein, sich der Leichtigkeit hinzugeben, aber das Cello sei manchmal aufgeregter. Es gäbe eine Auseinandersetzung mit „irgendeiner Thematik“.
2. *Vaughan Williams*: Das Cello soll beruhigt werden, will sich aber nicht beruhigen. Ein Instrument will die Aufgeregtheit rausnehmen, aber das Cello hört nicht auf, über eine Thematik kommunizieren zu wollen. Auch die anderen wollen die Art und Weise nicht, wie das geschieht. Dann umarmen sich alle. Ich frage, ob das Thema denn inhaltlich jetzt angehört worden sei. Herr K. stellt fest, dass es gerade schon wieder hin und her geht, was ihn sehr irritiert.
3. *Prokofieff*: Jetzt scheint sich einer sogar wie ein Diktator in den Mittelpunkt zu stellen und fordert etwas aggressiv und bombastisch, so dass „man“ sich ganz klein fühlt. Herr K. fühlt sich bedrängt.
4. *Glasunov*: Herr K. erlebt die Diskussion etwas harmonischer, fürchtet aber, dass das Bedrohliche gleich wieder losgeht, doch schließlich scheinen sich alle zu versöhnen. Immerhin sei jeder zu Wort gekommen.

²³ Dieses Erleben steht im Gegensatz zum Erleben, das die riesigen Pilze in der zweiten GIM-Reise auslösten.

²⁴ GIM-Programm „Bewältigung“, designed von der Autorin.



Resonanzbild Nr. 5
„Gesamtkomposition“

Im Nachgespräch erklärt Herr K. sein Resonanzbild und sein Erleben folgendermaßen: Das Ganze sei eine Gesamtkomposition. Die äußeren grün- und orange-farbenen Ringe stünden für Rhythmus, der Halt geben soll; gelb, rot und braun ergäben die Harmonie, das innere Ocker sei die Melodie, die Note das Solo. In der Reise hätte die Melodie aber andauernd als Solo „gequengelt“ und dem Rhythmus wäre es nicht gelungen, sie zu beruhigen.

Ich frage nach, warum die Melodie unbedingt beruhigt werden sollte. Herr K. erklärt wieder, dass „quengeln“ uncool sei. Es gehe doch darum, sich „angemessen“ zu verhalten. Man könne sich doch nicht so wie ein Politiker bombastisch in den Mittelpunkt stellen und wilde Reden schwingen! Hier geht es also wieder um *Coolness*. Nicht das Solo, sondern die anderen wollen von den Gefühlen nichts wissen!

Als Intervention drehe ich die Perspektive deshalb um: Ob er sich vorstellen könne, dass die Melodie vielleicht gerade *deswegen* so aufgeregt und aggressiver wird, *weil* sie nicht gehört wird? (Das negativ geladene Wort „quengeln“ soll eine andere Bedeutung bekommen.) Was wäre, frage ich, wenn das Solo Herr K. bzw. der traurige Junge von früher wäre? Und hätte sich der Junge nicht getröstet gefühlt, wenn man ihm einfühlsamer zugehört hätte? Und was gibt einem denn Halt? Wenn Rhythmus Halt geben soll, dann doch nicht, indem er die Melodie beschwichtigt, sondern sie trägt! Der Bezug zu Herrn K.s Kindheit wird deutlich. Ihn verstehen und auffangen, das konnten die Erwachsenen damals nicht. Herr K. musste sich in seiner Kindheit selbst beruhigen. Diese Erkenntnis tut weh: Er wurde in seinem Kummer nicht getröstet und interiorisierte die Rolle der Großen, die sich im Ruhigstellen oder Beschwichtigen erschöpfte, weil er anderes nicht kenne gelernt hatte.

Diese GIM-Reise und die emotionale Erkenntnis im Nachgespräch ist für Herrn K. sehr anstrengend. Heute selbst so zu sein, wie die Großen früher, diese Erkenntnis ist erschreckend und das Umdenken und Überschreiten der alten Vorstellung braucht Zeit zum Verdauen. Ich frage mich, ob ich ihn überfordert habe, da er verunsichert ist und sich vergewissern muss, dass ich noch auf seiner Seite bin. Er äußert die Befürchtung, dass ich ihn vielleicht nicht für kreativ genug halten könnte, weil er ja in der letzten Sitzung ja gar keine Bilder so wie sonst mit Surgur und dem

Bären gehabt habe. Er merkt allerdings gleich selbst, wie er sich dabei von meiner Meinung abhängig macht und eigentlich nur seine Ängste und unsere Beziehung ansprechen will. Er zeigt damit, dass er sich seiner Verlustangst stellt.

Ich wertschätze seinen Mut, sich emotional mitzuteilen, gehört werden zu wollen und sich unserer Beziehung zu versichern und ich zeige mein Verständnis für seine Verunsicherung. Indem er seinen Konflikt mit mir klären will, hat er ein altes Muster überschritten, nämlich: Verlustängste zu verdrängen und Ängste „wegzuschlafen“.

Meine positive Resonanz macht es möglich, dass ein wichtiges erstes Therapieziel erreicht ist und er beginnen kann, negative Beziehungserfahrungen zu überschreiben. So werden seine Beziehungserfahrungen wieder zum Thema.

Die nächste kurze GIM-Reise mit drei Musikstücken²⁵ thematisiert seine Sehnsucht nach einer guten Beziehung.

1. Fauré: Pavane op 50 (5:22 Min.).
2. Mendelssohn: 3. Sinfonie (Scherzo assai vivace) (4:35 Min.).
3. Beethoven: Violinkonzert D-Dur, op 61 (Larghetto) (10:01 Min).

„Sehnsucht“ ist auch der Titel seines Resonanzbildes.



*Resonanzbild Nr. 6
„Sehnsucht“*

Eine GIM-Reise nach Venedig steht für den Traum, Altes loszulassen, sich offen für Neues zu machen, aber ohne den Trubel mit den Touristen. Herr K. sucht Kontakt zu „normalen“ Menschen und trifft auf einem versteckten venezianischen Marktplatz Leute, die ihren Alltag mit einfachen Tätigkeiten füllen und mit denen man sich ohne ständige Beziehungskonflikte problemlos austauschen kann. Mir scheint, dass er die Mitte (Normalität) zwischen Abhängigkeit und Autonomie ersehnt. Er nimmt sich vor, jetzt in dieser Hinsicht tatsächlich aktiv zu werden.

²⁵ GIM-Programm „Ressourcen finden“, designed von Anna Röcker.

Siebte GIM-Musikreise

Entsprechend geht es in der *siebten GIM-Reise* um den Wunsch nach „Energetisierung“ und auch darum, den Bären aufzuwecken. Ich wähle ein eher körperbezogenes Musikprogramm²⁶

1. Schostakowitsch: Streichquartett Nr. 3 op. 73 F-Dur (Allegretto) (6:49 Min.).
2. Schostakowitsch: Streichquartett Nr. 8 op. 110 c-moll (Allegretto) (4:02 Min.).
3. Nielsen: Sinfonie Nr. 5 op. 50 (Andante un poco tranquillo) (Auszug) (4:28 Min.).
4. Vierne: Carillon de Westminster (Andante un poco tranquillo) (7:33 Min.).
5. Beethoven: Klavierkonzert Nr. 3 c-moll op. 37 (Largo) (9:58 Min.).
6. Prokofieff: Sinfonie Nr. 3 op. 44 (Larghetto) (4:10 Min.).

Die Reise beginnt mit dem Gefühl, in dem Film „Modern Times“ in Takt und Rhythmus der Zahnräder gefangen zu sein. Es gelingt Herrn K. aber, seinen eigenen Rhythmus und sein eigenes Tempo zu finden und wegzufiegen. Während der Sinfonie von Nielsen befinden sich Herr K. und der Bär auf einem herausfordernden Weg durch einen Wald. Der Bär geht voran, die wackeligen Wege sind durch Seile gesichert. Die beiden fragen sich etwas ratlos, woher sie eigentlich kommen, wohin sie gehen und wie sie wieder zurückkommen können. Herr K. wird ein Vogelmensch und fliegt über Schluchten, Krater und schneebedeckte Berge, wo er sich alles in Ruhe von oben anschauen kann. Dabei genießt er die Thermik. Der Bär bleibt unten. Dann landet Herr K. auf einer idyllisch gelegenen Alm und trifft dort auch den Bären und Surgur. Beide haben keine Lust mehr auf Faxen. Alle genießen die ruhige Stimmung und Landschaft.



Resonanzbild Nr. 7
„Dahingleiten“

Das wichtigste Erleben in dieser Reise besteht darin, dass Herr K. wie ein Vogel fliegen, sich von der Luft tragen lassen und dabei die Thermik in Abhängigkeit von den Winden selber steuern kann. Dies ist ein großer Übergang: zwar von der Luft

²⁶ GIM-Programm „Body Tape“, designed von Helen Bonny.

und den Winden abhängig zu sein, dabei jedoch die Kontrolle behalten zu können, d. h. die Spannung zwischen Abhängigkeit und Autonomie auf eine sehr befriedigende und realistische Weise auflösen zu können. Auch auf der Erde können Surrigur und der Bär jetzt „ohne Flausen tun, was zu tun ist“.

Die folgende Musikreise ist kein vollständiges GIM-Programm, sondern eine Musikimagination zu den beiden folgenden Stücken:

1. Desplat: Cornelia (aus dem Album: Girl with a Pearl Earring. Music from the Motion Picture Soundtrack) (1:46 Min.).
2. Glass: The Kiss (aus dem Album: The Hours. Music from the Motion Picture Soundtrack) (4:12 Min.).

Auch dieses Mal fliegt Herr K., aber nun als Blatt, das im Winde auf und ab getragen wird. Es wird aber auch getrieben: durch eine Röhre und eine Höhle und schließlich in das Häuschen aus der ersten GIM-Reise hinein und durch das gegenüberliegende Fenster wieder hinaus. Das Resonanzbild heißt „Blatt im Winde“.



*Resonanzbild Nr. 8
„Blatt im Winde“*

Es ist, als ob Herr K. noch einmal die Therapie im Zeitraffer erinnert. Als *Blatt* fühlte er sich getragen, aber auch abhängig, denn er konnte sich (affektiv) weder steuern noch konnte er bestimmen, wohin er wollte. Er musste durch Dunkelheit und Enge hindurch und konnte das Häuschen der kleinen Leute (seiner Kindheit) zwar aufsuchen, es jetzt aber auch wieder verlassen.

Herr K. hat eine große Entwicklung gemacht und nach fast 50 Sitzungen meint er selbst, er sei jetzt soweit, dass er Strategien gefunden habe, nicht mehr in ein Loch zu fallen. Auch habe er sich emotional nun ganz von der Ex-Freundin gelöst und sich frisch verliebt. Er sei überrascht und verwundert, dass es plötzlich „so einfach war, jemanden kennenzulernen“, der sich auch für ihn interessiert. Ich habe den Eindruck, dass Herr K. sehr viel erreicht hat und spreche die Möglichkeit an, ein Therapieende anzupeilen. Dies scheint auch für Herrn K. realistisch zu sein.

Letzte GIM-Musikreise

So bereiten wir uns gemeinsam auf den Abschied vor. In den folgenden Abschiedssitzungen findet noch eine letzte GIM Reise zu folgender Musik²⁷ statt:

1. Alwyn: Concerto grosso Nr. 1 B-Dur (Siciliano) (4:19 Min.).
2. Barber: Konzert für Klavier und Orchester op. 38 (Canzone moderato) (7:58 Min.).
3. Bach: Sonate Nr. 4 für Violine und Harfe in C-Dur BWV 1017 (Siciliano). Transkript von Stokowski (2:49 Min.).
4. Elgar: Dream Children op. 42 Nr. 1 (Andante) (3:04 Min.).
5. Elgar: Dream Children op. 42 Nr. 2 (Allegretto piacevole) (3:31 Min.).
6. Bach: Klavierkonzert E-Dur BWV 1053 (Siciliano) (5:58 Min.).
7. Alwyn: Sinfonietta for Strings Nr. 2 (Adagio molto calmato) (6:11 Min.).
8. Parry: Lady Radnor's Suite in F-Dur (Slow Minuet) (2:49 Min.).

Herr K. fliegt wieder als Vogel, sieht aber von oben keine Menschen und Tiere, weshalb er lieber landet. Er möchte gefunden werden, aber die anderen Vögel scheinen zu 80% ausgestorben zu sein (*all seine Verlusterfahrungen*). So fliegt er in ein Dorf, wo die Menschen ein Dorffest feiern und ihn willkommen heißen. Von Surgur übernimmt er die Unbefangenheit mitzutanzten, aber nicht dessen hyperaktive Art und vom Bären übernimmt er die ruhige Art, ohne sich isolieren zu müssen. Die Anteile kommen zur Integration.

Das Resonanzbild zeigt entsprechend eine ausgewogene Struktur²⁸, in der alles seinen angemessenen Platz findet und Herr K. im Zentrum mit den Menschen auf dem Dorfplatz seinen Weg zu sich selbst feiert.



*Resonanzbild Nr. 9
„Dorffest im Frühling“*

²⁷ GIM-Programm „Nostalgia“, designed von Kenneth Bruscia.

²⁸ Rote Blumen rechts, Lavendel links, Büsche oben links, ein See oben rechts und das Ährenfeld unten. Häuser um den Dorfplatz, tanzende Menschen auf dem Platz und Herr K. mit seinen verschiedenen Selbstanteilen im Zentrum.

Schlussbemerkung

GIM ist eine Methode, die der Neuorientierung der Persönlichkeit dient. In den beschriebenen GIM-Reisen fand Herr K. innere Gefährten, die ihn mit wichtigen Selbstanteilen bekannt machten, deren Interiorisierungen und Implikate für seine Entwicklung dadurch bewusster wurden: der sich selbst versorgende Bär, der lernen muss, Konflikten nicht aus dem Weg zu gehen; der Drache, der Herrn K. Mut macht, draufgängerisch und unbefangene Kindheit und Pubertät nachzuholen; auch der mannhafte Leuchtturm, der Sicherheit gibt und die Stadt, die Lebendigkeit und Zugehörigkeit verspricht. Das waren gute Voraussetzungen dafür, im weiteren Therapieverlauf den Gefühlen der Einsamkeit, der Verlorenheit, Schuldgefühlen und Bedürfnissen nach Resonanz Raum geben zu können. Ebenso war er genügend vorbereitet, auf der Suche nach einer (neuen) „Gesamtkomposition“ Beziehung zu wagen und sich mit den vermeintlichen Erwartungen anderer bzw. seinen negativen Interiorisierungen auseinanderzusetzen.

Die Beschreibung des Therapieverlaufs konnte hier nur in aller Kürze skizziert werden. Das Potenzial der Musikreisen, innerpsychische Entwicklungen und Übergänge zwischen alten und neuen, zwischen verdrängten und bewussteren Lebensmustern zu finden, wurde in diesen Skizzierungen dennoch nachvollziehbar.

Welche Entwicklungen und Übergänge wurden in dieser GIM-Therapie möglich?

- Herr K. konnte sich selbst zum Gefährten werden, indem er die verschiedenen Selbstanteile so in sich integrierte, dass er der „Herr im Haus“ wurde und die Anteile nun nutzen kann, wie er sie nutzen möchte und wie er sie braucht.
- Er kann sich tragen lassen und dabei „die Thermik“ zum Steuern selbst nutzen.
- Er kann für sich selbst sorgen, nicht, weil er sonst nicht überleben würde, sondern weil er es genießen kann, sich Gutes zu tun (self-care).
- Er hat erreicht, negative Interiorisierungen zu erkennen und aufzulösen und Ängsten und Konflikten im Kontakt mit anderen Menschen oder Autoritäten nicht mehr ausweichen zu müssen.
- Er hat sich verliebt und freut sich über eine neue Art Beziehung.

Ich danke Herrn K. für seine große Bereitschaft, den Lesern einen Einblick in seine bisherigen Entwicklungsschritte erlauben zu haben. Über diese sei hier seine persönliche Einschätzung über die Anfangsphase angefügt:

„Es war für mich damals verblüffend, dass diese Musikreisen mir einen Zugriff auf meine Gefühle ermöglichten und mir wichtige Erkenntnisse über mich und meine Beziehungen vermittelten. Es hat mir auch sehr geholfen, dass ich meine Kreativität wieder entdeckte und damit auch ganz neue Sichtweisen auf mich selbst.“

Literatur

- Bischof, N. (1998): *Das Kraftfeld der Mythen. Signale aus der Zeit, in der wir die Welt erschaffen haben*. München/Zürich: Piper Verlag.
- Bonde, L. O. (1997): Music Analysis and Image Potentials in Classical Music. *Nordic Journal of Music Therapy* 7 (2), 121–128.
- Bonde, L. O. (2000): Metaphor and Narrative in Guided Imagery and Music. *Journal of the Association for Music and Imagery* (7), 59–76.
- Booth, J. M. (2005–2006): Music, Drawing, and Narrative: An Adaptation of the Bonny Method of Guided Imagery and Music. *Journal of the Association for Music and Imagery* (19), 55–74.
- Bruscia, K.; Grocke, D. (Hg.) (2002): *Guided Imagery and Music. The Bonny Method and Beyond*. Gilsum NH: Barcelona Publishers.
- Bruscia, K. (Hg.) (1998): *The Dynamics of Music Psychotherapy*, Gilsum: Barcelona Publishers, 17–93.
- Bush, C. (1992): Dreams, Mandalas, and Music Imagery: Therapeutic Uses in a Case Study. *Journal of the Association for Music and Imagery* (1), 33–42.
- Dinerstein, J. (2017): *The Origins of Cool in Postwar America*, University of Chicago Press.
- Frohne, I. (1981): *Das Rhythmische Prinzip. Grundlagen, Formen und Realisationsbeispiele in Therapie und Pädagogik*. Lilienthal/Bremen: Eres Verlag.
- Frohne-Hagemann, I. (1997): *Die heilende Beziehung als therapeutisches Medium und ihre musiktherapeutische Gestaltung*. In: Müller, L.; Petzold, H. G. (Hg.): *Musiktherapie in der klinischen Arbeit. Integrative Modelle und Methoden*. Stuttgart: G. Fischer Verlag, 9–22.
- Frohne-Hagemann, I. (2001): *Zur Arbeit mit Traum und Imagination als musiktherapeutische Technik der Integrativen Musiktherapie*. In: Storz, D.; Oberegelsbacher, D. (Hg.): *Wiener Beiträge zur Musiktherapie*. Bd. 3: Theorie und Klinische Praxis. Wien: Ed. Praesens.
- Frohne-Hagemann, I. (2008): Schuld und Schuldfähigkeit als therapeutische Themen in Guided Imagery and Music (GIM). In: *Jahrbuch Musiktherapie – Annual Music Therapy*. Bd. 4. Wiesbaden: Reichert Verlag, 33–68.
- Frohne-Hagemann, I. (2004): *Rezeptive Musiktherapie aus der Sicht der Integrativen Musiktherapie*. In: Frohne-Hagemann, I. (Hg.): *Rezeptive Musiktherapie – Theorie und Praxis*. Wiesbaden: Reichert Verlag, 307–340.
- Frohne-Hagemann, I. (2014a): *Guided Imagery and Music im Wandel der Gesellschaft*. In: Frohne-Hagemann (Hg.): *Guided Imagery and Music – Konzepte und klinische Anwendungen*. Wiesbaden: Reichert Verlag, 13–34.
- Frohne-Hagemann, I. (2014b): *Definitionen und Anwendungen: Guided Imagery and Music (GIM), modifiziertes GIM und musikimaginative Methoden (MI)*. In: Frohne-Hagemann, I. (Hg.): *Guided Imagery and Music – Konzepte und klinische Anwendungen*. Wiesbaden: Reichert Verlag, 85–113.

- Frohne-Hagemann, I. (2015): A Mentalization-Based Approach to Guided Imagery and Music. In: Grocke, D.; Moe, T. (Hg.): *Guided Imagery and Music (GIM) and Music Imagery Methods for Individual and Group Therapy*. London and Philadelphia: Jessica Kingsley Publishers, 169–178.
- Geiger, E.; Maack, C. (2010): *Lehrbuch Guided Imagery and Music (GIM)*. Wiesbaden: Reichert Verlag.
- Grocke, D. (2007): *A Structural Model of Music Analysis, Microanalysis in Music Therapy*, Research Publications 1. London und Philadelphia: Jessica Kingsley Publishers, 149–161.
- Grocke, D.; Wigram, T. (2007): Selecting Music for Receptive Methods in Music Therapy. In: *Receptive Methods in Music Therapy. Techniques and Clinical Applications for Music Therapy Clinicians, Educators and Students*. London: Jessica Kingsley Publishers, 45–60
- Jung, C. G. (1950): *Aion. Beiträge zur Symbolik des Selbst*. GW Band 9/2: §423.
- Mead, G. H. (1962): *Mind, Self, and Society*. University of Chicago Press.
- Merleau-Ponty, M. (1964): *Le visible et l'invisible*. Paris: Gallimard. [Deutsche Ausgabe (1986): *Das Sichtbare und das Unsichtbare*. München: Fink.]
- Petzold, H. G. (1988): *Integrative Bewegungs- und Leibtherapie*. Band I. Paderborn: Junfermann Verlag.
- Petzold, H. G. (1993/2003): *Integrative Therapie. Modelle, Theorien und Methoden für eine schulenübergreifende Psychotherapie*. Bd. 1. Klinische Philosophie. Paderborn: Junfermann.
- Petzold, H. G. (2003): „Komplexes Bewusstsein“ als Bewusstseinspektrum – ein psychotherapeutisch-beuristisches Modell in der Integrativen Therapie. In: Petzold, H. G.: *Integrative Therapie, Modelle, Theorien und Methoden für eine schulenübergreifende Psychotherapie II/1*. Paderborn: Junfermann, 241–320
- Petzold, H. G. (2016): Kulturtheoretische und neuropsychologische Überlegungen zu Fundamentalismusproblemen, Migration und prekärer Identitätsbildung in „unruhigen Zeiten“ am Beispiel dysfunktionaler neurozerebraler Habitualisierung durch Burka, Niqab, Genital Mutilation. *Polyloge (21) 2016 FPI-Publikationen*. Online: <http://www.fpi-publikation.de/polyloge/alle-ausgaben/21-2016-petzold-h-g-2016q-kulturtheoretische-und-neuropsychologische-ueberlegungen-zu.html> (Zugriff: 09.07.2017).
- Ronnberg, A.; Martin, K. (Hg.) (o. J.): *Das Buch der Symbole. Betrachtungen zu archetypischen Bildern*. Archive for Research in Archetypal Symbolism (ARAS), Köln: Taschen Verlag.
- Werani, A. (2011): *Inneres Sprechen – Ergebnisse einer Indiziensuche*. Berlin: Lehmanns Media.
- Wikipedia: *Kilroy was here*. Online: www.wikipedia.org/wiki/Kilroy_was_here (Zugriff: 20.12.2016).
- Wikipedia: *Der kleine Drache Grisù*. Online: [www.wikipedia.org/wiki/Grisù,_der_kleine_Drache](http://www.wikipedia.org/wiki/Grisu,_der_kleine_Drache) (Zugriff: 20.12.2016).

Vygotskij, L. S. (1969): Denken und Sprechen. Frankfurt am Main: S. Fischer Verlag.

Vygotskij, L. S. (1931/1992): Geschichte der höheren psychischen Funktionen. Münster/
Hamburg: Lit. Verlag.

Abbildungsverzeichnis

Abb. 1–9: Resonanzbilder der GIM – Therapie, mit freundlicher Genehmigung des Patienten Herr K.

Grafik 1: unter Freier Lizenz Wikimedia Commons: https://upload.wikimedia.org/wikipedia/commons/6/63/Kilroy%2C_Zeichnung-PR.pn (Zugriff: 10.10.2017).

Prof. Dr. Isabelle Frohne-Hagemann
Forststraße 50
12163 Berlin
E-Mail: info@frohne-hagemann.de