

Musikpsychologie:

» Psychologische Hintergründe zur Musikverarbeitung und Optimierung der Aufführungspraxis «

montags: 10.30 – 12.00 Uhr, Raum O1 01

Inhalt

Im I. Teil stehen Zusammenhänge zur Entstehung der Musik im Gehirn sowie tiefenpsychologische Hintergründe zur Musikrezeption im Mittelpunkt. Es geht darum, den Blick zu öffnen, um beispielsweise die unterschiedlichen Motive des Musikmachens von Schülern besser erkennen und nachvollziehen zu können sowie grundlegende Erkenntnisse zur Optimierung des eigenen Musizierens zu gewinnen. Viele theoretische Aspekte werden durch praktische Beispiele veranschaulicht.

Inhaltliche Schwerpunkte des I. Teils:

- **Musik steckt uns in den Genen** – wie unser „Musikinstinkt“ entstanden ist
- **Musik ist eine Gedächtniskunst** – wie unser Musikgehirn funktioniert
- **Neuro-ästhetische Dimensionen** – wie Künstlerisches im Gehirn entsteht
- **Wirkung von Musik** – Transfereffekte
- **Neurodidaktische Perspektiven** – was einen gehirngerechteren Instrumental- u. Gesangsunterricht ausmacht

Im II. Teil geht es um psychologische Hintergründe der Aufführungspraxis beim Musikmachen. Ziel ist es, Perspektiven aufzuzeigen, wie das Üben und Musizieren optimiert werden kann. Immerhin ist Musikmachen eine Tätigkeit, die sehr störanfällig sein kann – zumindest aus psychologischer Perspektive! Da kommt so viel zusammen, das koordiniert werden muss. Da geht es nicht nur um den Aspekt des Übens – im engeren Sinne. Zum effektiven Üben und Musizieren gehört auch die Bewältigung von Stresssituationen. Man weiß inzwischen, dass Podiumsängste regelrecht erlernt werden können. Umgekehrt lassen sich durch Methoden wie beispielsweise der „systematischen Desensibilisierung“ Ängste wieder „ver“-lernen. Hier werden nicht nur theoretische Hintergründe angesprochen, sondern auch konkrete praktische Tipps für die Übe- und Konzertpraxis gegeben.

Inhaltliche Schwerpunkte des II. Teils:

- **Lernpsychologische Perspektiven zum Üben** - vom effektiven Wiederholen zum mentalen Lernen
- **Umgang mit Lampenfieber** – wie Auftrittsangst bewältigt werden kann
- **Kreativität beim Musizieren** – wie sie gesteigert werden kann
- **Üben und musizieren im Flow** – wie sich Hochgefühle beim Musikmachen optimieren lassen
- **Psychologie der Bühnenpräsenz** – Wege zum selbstbewussten Auftreten