

Gabriele Hofmann

München, D

Aufrechterhaltung künstlerischer Potenziale bei Musiker*innen und Tänzer*innen mit Auftrittsangst – Strategisches Coaching

Die Aufrechterhaltung künstlerischer Potenziale von öffentlich auftretenden Musiker*innen und Tänzer*innen koinzidiert mit einer erfolgreichen Bewältigung qualitätsmindernder Einflüsse während der Auftrittssituation. Eine herausragende Stellung nehmen Auftrittsangste ein.

Mit dem Ziel, Strategisches Coaching als Interventionsmethode bei Musiker*innen und Tänzer*innen mit Auftrittsangst zu etablieren, wird ein von der Autorin erstellter Coaching-Leitfaden vorgestellt und einem breiteren Adressat*innen-Kreis (z.B. Lehrende, Tänzer*innen, Musiker*innen, Studierende, Psycholog*innen, Coaches, Ärzt*innen) zugänglich gemacht. Das strategische Coaching basiert auf Methoden des von Serge Sulz (2014, 2009 1994) konzipierten strategisch-behavioralen Therapieverfah-

rens, das sich an empirisch validierten Wirkfaktoren orientiert. Es ist eine bewährte Methode zur Bewältigung dysfunktionaler (Verhaltens-)Schemata. Das hier beschriebene Modell geht davon aus, dass der Aufführungsangst ebensolche Schemata zugrunde liegen wie anderen Problemsituationen auch, die im Coaching bewältigt werden können.

Methode:

Die Erstellung des Leitfadens basiert auf folgenden Arbeitsschritten, zunächst mit Musiker*innen:

1. Angebot an Interventionsmöglichkeiten bei Lampenfieber und Auftrittsangst von Musiker*innen systematisieren
2. Vorhandene Interventionsansätze wissenschaftlich überprüfen
3. Konzept des Strategischen Coachings für das Anwendungsfeld

der Auftrittsangst und die Zielgruppe der Musiker*innen fundieren auf der Grundlage:

- instrumental- und vokalspezifischer Besonderheiten
- Zusammenwirken physiologischer, psychischer, mentaler und kognitiver Anforderungen als Voraussetzung für die künstlerische Arbeit
- Berücksichtigung der speziellen Arbeitsumfelder von Musiker*innen

4. Leitfaden konzipieren

5. Kasuistik (Proband*innen; N=8; 6m, 2w)

6. Leitfadengestützte Evaluationsgespräche mit dem Probanden/der Probandin zehn Wochen nach Abschluss des Coachings führen.

Ergebnisse:

- Leitfaden für das Strategische Coaching mit Musiker*innen
- Fallvignetten zur näheren Erläuterung
- Diskussion der Spezifizierung des Leitfadens für Tänzer*innen.

- Hauke, G. & Dall'Occhio, M.: Die Arbeit mit Emotionen in der Strategisch-Behavioralen Therapie (SBT): Emotionale Aktivierung durch Embodimenttechniken. Psychotherapie, 2014/2, S. 145-166.
- Hauke, G, Lohr, C. & Pietrzak, T. (2017): Strategisches Coaching: Emotionale Aktivierung durch Embodimenttechniken. Paderborn.
- Sulz, S. (1994): Strategische Kurzzeittherapie. München.
- Sulz, S., Hauke G. (2009): Strategisch-Behaviorale Therapie. München.
- Sulz, S., Gräff-Rudolph, U., Hebing, M., Hauke, G., Hoenes, A. & Richter-Benedikt, A.: Erlebnisorientierte Schemaänderung – zwei Ansätze zur wirksamen Bearbeitung dysfunktionaler Schemata. Psychotherapie, 2014/2, S. 201-214.
- Tschacher, W. & Storch, M. (2012): Die Bedeutung von Embodiment für Psychologie und Psychotherapie. Psychotherapie 17. Jahrg., Bd. 17,

QUELLENANGABEN:

Heft 2© CIP-Medien, München, S. 259-267.

KURZBIOGRAFIE:

Prof. Dr. Gabriele Hofmann studierte Konzertfach Klavier (Musikhochschule München bei Gerhard Oppitz), Musikpädagogik, Musikwissenschaft, Psychologie (München, Weimar/Jena). Zertifizierter Business-Coach, Centrum für Integrative Psychotherapie München. Coach für Musiker*innen in eigener Praxis in München. Schwerpunkte: Auftrettsangst, Bewältigung schwieriger (Arbeits-)Situationen. Professorin an der Pädagogischen Hochschule Schwäbisch Gmünd. Lehre u.a. an den Universitäten Augsburg, München, Mozarteum Salzburg.

KONTAKT:

Frau Prof. Dr. Gabriele Hofmann
Univ.-Prof.
hofmann: II musik-coaching Praxis
München // Pädagogische Hochschule Schwäbisch Gmünd
81377 München
hofmann@musik-coaching.de
<http://www.musik-coaching.de>