

Band-Effekt: Mehr Einsatz, mehr musikalischer Genuss

Bisher war man davon ausgegangen, dass Musik nur als schön empfunden wird, wenn sie dem eigenen persönlichen Geschmack entspricht. Wer eher auf die härteren Töne von Metal-Musik steht, kann sich kaum für die leichteren Melodien von Schlagern begeistern. Wer sich am liebsten den Klängen italienischer Opern hingibt, kann den monotoneren Bässen von elektronischer Musik nichts abgewinnen. Dass dieses Empfinden jedoch stark davon abhängt, in welcher Form wir Musik erleben, haben nun Wissenschaftler des Max-Planck-Instituts für Kognitions- und Neurowissenschaften in Leipzig gezeigt: „Wir beobachteten immer wieder, dass Großväter mit ihren Enkeln elektronische Musik wie Drum and Bass total genießen, obwohl sie mit dieser Richtung sonst gar nichts am Hut haben“, so Thomas H. Fritz vom MPI CBS. „Sobald sie Musik selbst aktiv erzeugen, statt sie nur passiv zu konsumieren, verändert sich ihr ästhetisches Empfinden gegenüber anderen Musikstilen oft grundlegend.“

Besonders stark ist dieser Effekt beim Jymmin zu erleben, einer Methode, deren Name sich aus einer Kombination aus „jamming“ und „gym“ ableitet, also einer Mischung aus freiem musikalischen Improvisieren und Sport. Dabei werden Fitnessgeräte so modifiziert, dass über die daran ausgeführte Sportübung Musik erzeugt werden kann. Über die Stärke der Bewegung per Bauchmuskeltrainer, Zugstange oder Stepper lassen sich dann die einzelnen Töne erzeugen und modifizieren. Sportgeräte können so mit Hilfe einer speziellen, am Leipziger Max-Planck-Institut entwickelten Kompositionssoftware wie Musikinstrumente genutzt werden. „Damit können plötzlich auch Personen, die sich selbst als vollkommen unmusikalisch einschätzen und noch nie in ihrem Leben ein Musikinstrument in der Hand gehalten, Musik machen“, erklärt Fritz. „Geschieht das in Kombination mit körperlicher Verausgabung, so lässt sich ein positiver Verzerrungseffekt beobachten.“ Das heißt, die Personen empfinden die Musik plötzlich als wesentlich schöner und erfahren einen Belohnungseffekt, sobald sie sie selbst produzieren – selbst wenn der Musikstil bisher nicht ihrem eigenen ästhetischen Empfinden entsprach.

Diese Beobachtungen könnten auch erklären, warum Musiker ihre eigene Performance durch die körperliche Verausgabung ästhetisch befriedigender empfinden, als wenn sie ihr lediglich lauschen. Die Neurowissenschaftler um Fritz sprechen daher auch vom Band-Effekt in dem zusätzlich auch das gemeinsame Musizieren eine entscheidende Rolle spielt. „Durch unsere Erkenntnisse lässt sich nun Musik als Therapiemethode deutlich breiter und einfacher anwenden“, so Fritz. Dass speziell das Jymmin vielerlei positive psychologische Effekte hervorruft, indem es die persönliche Motivation und Stimmung steigert, konnte bereits in verschiedenen vorherigen Studien belegt werden. Bislang waren jedoch Fritz und sein Team davon ausgegangen, dass es deutlich individualisiert, das heißt auf den persönlichen Musikgeschmack angepasst werden muss, um auch für breite Patientenkreise genutzt zu werden. Dank der aktuellen Erkenntnisse wissen sie nun, dass das überflüssig ist: „Wir haben diese Studie an Patienten mit Drogensucht oder chronischen Schmerzen durchgeführt. Also Patientengruppen, die sich sonst an allem stören und sehr leicht reizbar sind“, erklärt der Kognitionswissenschaftler. „Indem sie sich hier selbst so stark körperlich einbringen können, um die Musik zu erzeugen, wird der eigentliche Stil jedoch nachrangig.“ Stattdessen erlebten sie plötzlich ihre eigene Handlungsmacht, Klänge selbst erzeugen und verändern können. Dadurch wird nicht nur ihr Körpereigenerleben enorm gesteigert, sondern auch ihre Toleranz gegenüber bisher verschmähten Musikrichtungen.

Doch wie lässt sich der Band-Effekt erklären? Frühere Psychologische Studien haben gezeigt, dass Eigenengagement die subjektiv empfundene Qualität einer Sache erhöht. Da Jymmin und Musizieren auf einem echten Instrument einen hohen körperlichen Einsatz erfordern, vermuten die Neurowissenschaftler, dass sich entsprechend mit diesem körperlichen Einsatz auch die ästhetische Wertschätzung der Agierenden gegenüber der vernommenen Musik erhöht.

Quelle: Max-Planck-Gesellschaft zur Förderung der Wissenschaften e.V. ; 27. Februar 2017
Dr. Harald Rösch Wissenschafts- und Unternehmenskommunikation

Forschung & Lehre, 6/2017, S. 534