

## Musik reduziert Bedarf an Anästhetika bei Operationen

Eine in *Music and Medicine* veröffentlichte Studie indischer Forscher:innen zeigt, dass über Kopfhörer dargebotene Musik während einer Operation unter Vollnarkose den Bedarf an Propofol und Fentanyl deutlich reduzieren kann. »Durch die Wiedergabe von Musik während der Operation sprechen wir das Nervensystem des Patienten auch unter Narkose an und dämpfen so die neuroendokrine Stressreaktion, wenn der Körper am anfälligsten ist«, so Farah Husain, Co-Autorin und zertifizierte Musiktherapeutin. So wachten die Patient:innen mit Musik sanfter auf und zeigten im OP-Verlauf niedrigere Cortisolwerte als Patient:innen der Kontrollgruppe. Welche Musik wurde gehört? Den Patient:innen standen zwei beruhigende, meditative, langsame (60–100 bpm) Instrumentalstücke – ein Flötenstück und ein Klavierstück – zur Auswahl, wobei sich die Mehrheit für das Flötenstück, einem klassischen, hinduistischen Raga, entschied. Mehr dazu: Goel, T., Husain, F., Wadhawan, S., Kohli, A. & Kaushik, S. (2025). Effects of music therapy on propofol consumption in patients for laparoscopic cholecystectomy under TIVA (Total Intravenous Anaesthesia). *Music & Medicine*, 17(4), 212–218. <https://doi.org/10.47513/mmd.v17i4.1111>

## Musik als universale Sprache der Gefühle – Evidenz spricht dagegen

Ein laufendes Forschungsprojekt der Abteilung Musik des Max Planck –Instituts für Empirische Ästhetik (MPIEA) beschäftigt sich mit der Frage, inwieweit der emotionale Gehalt von Musik über verschiedene Kulturen hinweg ähnlich empfunden wird. Dafür wurden vier musikalische Repertoires identifiziert, die in ihrer jeweiligen Kultur als expressiv verstanden werden: europäische klassische Musik, traditionelle klassische Musik und globale Popmusik als Kontrollbedingung. Die Teilnehmenden der Studie – aus Deutschland, Nord- und Südindien, Ghana und China – wurden gebeten, der jeweiligen Musik ein passendes Emotionswort zuzuordnen. Es zeigte sich, dass kulturell nicht vertraute Musikstücke kaum mit dem adäquaten emotionalen Ausdruck in Verbindung gebracht wurden, während die kulturell eigene Musik und globale Popmusik in etwa gleich »korrekt« bewertet wurden. Ziel im weiteren Verlauf des Forschungsprojektes sei es, herauszufinden, welche akustischen, musikalischen und außer-musikalischen Faktoren eine Rolle für die Ausdruckswahrnehmung spielen und inwiefern sich auch hier die Gruppen voneinander unterscheiden. Mehr dazu: [www.aesthetics.mpg.de/forschung/abteilung-musik/aesthetisches-erleben-einfluesse/cross-cultural-study-on-perceived-emotions-in-music.html](http://www.aesthetics.mpg.de/forschung/abteilung-musik/aesthetisches-erleben-einfluesse/cross-cultural-study-on-perceived-emotions-in-music.html)

## Wie attraktiv klingen KI-Stimmen?

Sind mithilfe Künstlicher Intelligenz (KI) erstellte Stimmen von menschlichen Stimmen zu unterscheiden – und wie attraktiv klingen sie? Dieser Frage gehen Forscher:innen des Max Planck-Instituts für Empirische Ästhetik (MPIEA) Frankfurt und der Universität für angewandte Kunst Wien in einer in *Computers in Human Behavior: Artificial Humans* veröffentlichten Studie nach. Die Teilnehmenden der Studie hörten verschiedene Versionen eines Satzes, der von acht Stimmen – vier menschlichen und vier künstlichen – in jeweils vier verschiedenen emotionalen Färbungen vorgetragen wurde: neutral, fröhlich, traurig und wütend. »Fröhliche Stimmen wurden insgesamt positiver bewertet als solche, die traurig oder wütend klangen – egal, ob es sich dabei um menschliche oder künstlich erzeugte Stimmen handelte. Das deutet darauf hin, dass die wahrgenommene Emotion die Bewertung aller Stimmen in gleicher Weise beeinflusst, beziehungsweise dass KI-Stimmen ähnlich wie menschliche Stimmen behandelt werden«, so Autorin Camila Bruder. Es zeigte sich weiterhin, dass menschliche Stimmen zu 86 Prozent, KI-Stimmen hingegen nur zu 55 Prozent korrekt erkannt wurden. Am deutlichsten zeigten sich Fehleinschätzungen bei wütenden KI-Stimmen. Dies, so die Autor:innen, könne darauf zurückzuführen sein, dass Teilnehmende nach wie vor eher emotionslose synthetische Stimmen erwarten. Autorin Pauline Larrouy-Maestri resümiert: »Im Gesamtergebnis wurden menschliche Stimmen immer noch als attraktiver und ansprechender empfunden als synthetische.« Mehr dazu: Bruder, C., Breda, P. & Larrouy-Maestri, P. (2025). Attractive Synthetic Voices. *Computers in Human Behavior: Artificial Humans*, 6, Article 100211. <https://doi.org/10.1016/j.chbah.2025.100211>

## Therapieresistente Depressionen und sie begünstigende Faktoren

Therapieresistente Depressionen (TRD, Treatment-Resistant Depression) sind mit einem höheren Suizidrisiko, langwierigen Klinikaufenthalten und einer höheren Sterblichkeit verbunden. Menschen mit TRD leiden in der Regel unter schwereren, länger anhaltenden Symptomen und einer geringeren Lebensqualität als Menschen mit Depressionen, die auf Behandlung ansprechen. Ying Xiong, Doktorandin am Department of Medical Epidemiology and Biostatistics, untersuchte nun, welche Faktoren zur Entstehung von TRD beitragen. Die Ergebnisse deuten zunächst darauf hin, dass TRD eine stärkere genetische Grundlage aufweist als *allgemeine Depressionen*. Menschen mit TRD hätten zudem mehr zusätzliche psychiatrische Probleme (z. B. Angstzustände, ADHS) und körperliche Erkrankungen (z. B. Diabetes, Herz-Kreislauf-Erkrankungen) als nicht depressive Menschen oder Patient:innen mit *allgemeiner Depression*. Darüber hinaus seien traumatische Erfahrungen im Kindesalter signifikant mit einem höheren Risiko für TRD verbunden. Insgesamt, so Xiong, unterstreichen die Ergebnisse, »dass TRD ein eigenständiger und komplexer Phänotyp ist, was die Notwendigkeit personalisierter Behandlungsstrategien und präventiver Maßnahmen zur Unterstützung bei Belastungen in der frühen Kindheit unterstreicht.« Mehr dazu: Xiong, Y. (2025). *Genetic epidemiology of treatment-resistant depression*. Thesis, Karolinska Institutet. <https://doi.org/10.69622/29922452.v1>

## Urbanes Leben erweitert den musikalischen Horizont

Prägt das Stadtleben unsere Musikauswahl? Die Ergebnisse einer in *Nature Communications* veröffentlichten Studie deuten darauf hin. Hierfür wurden die Hörgewohnheiten von

2,5 Millionen Menschen in Deutschland, Frankreich und Brasilien erhoben. Die Auswertung der Hörprotokolle ergab in allen drei Ländern: Je größer die Stadt, desto individueller die Musikauswahl. In Großstädten teilten Menschen weniger musikalische Vorlieben mit ihren Nachbarn als in ländlicheren Regionen. Gleichzeitig erweiterte sich parallel zur Stadtgröße der persönliche Hörradius. Der Effekt des Stadtlebens auf musikalische Vielfalt zeige sich auch nach Berücksichtigung von Faktoren wie Alter, Einkommen, Erziehung und soziale Kontakte. Dies, so die Autor:innen, deute darauf hin, dass urbane Interaktionen und Erfahrungen selbst eine Rolle spielen und Entdeckungsfreude und Vielfalt fördern. Dazu Harin Lee, Autor der Studie: »Es gibt deutliche Unterschiede in der Musikauswahl zwischen ländlicheren Gebieten und Megastädten, was zum Teil auch auf den Mangel an kulturellen Ressourcen zurückzuführen sein könnte [...]. Daher könnten sich Investitionen in Veranstaltungsorte und Kunstausbildung außerhalb der Ballungszentren auszahlen.« Mehr dazu: Lee, H., Jacoby, N., Hennequin, R. & Moussallam, M. (2025). Mechanisms of Cultural Diversity in Urban Populations. *Nature Communications*, 16, 5192. <https://doi.org/10.1038/s41467-025-60538-2>

### Falsche Selbstdiagnosen durch ADHS-Aufklärung?

Eine in *Psychological Medicine* veröffentlichte Studie von Wissenschaftler:innen der University of Toronto beleuchtet mögliche negative Auswirkungen von Mental Health-Aufklärungsprogrammen. Für die Studie wurden junge Erwachsene (18–25 Jahre) einem von drei möglichen Workshops zugewiesen: einem Kontrollgruppen-Workshop zum Thema Schlaf, einem Workshop zum Thema ADHS und einem zum Thema ADHS, der einen 10-minütigen Lektion über den Nocebo-Effekt beinhaltete. Als

Nocebo-Effekt bezeichnet man ein Phänomen, bei dem negative Erwartungen hinsichtlich einer Erkrankung entsprechende Symptome verschlimmern können. Die Anzahl der Teilnehmenden des ADHS-Workshops, die sich in Selbstdiagnose hoch einstufte, stieg unmittelbar im Anschluss an den Workshop von 30 Prozent auf 60 Prozent und blieb auch eine Woche später noch bei 50 Prozent. In der Gruppe mit Nocebo-Aufklärungsintervention halbierte sich die Rate der falschen Selbstdiagnosen sofort und verschwand nach einer Woche vollständig. Die Ergebnisse, so Dasha Sandra, Autorin der Studie, zeigen, wie durch Informationen zur psychischen Gesundheit normale Erfahrungen als versteckte Anzeichen für psychische Probleme interpretiert werden können und sich so Menschen mit einer Störung identifizieren, die sie nicht haben. Mehr dazu: Dasha, S. A., Segal, Z., Majoo, S., Sistanis, A., Burke, M. J. & Inzlicht, M. (2025). Inform and do no harm: Nocebo education reduces false self-diagnosis caused by mental health awareness. *Psychological Medicine*, 55, e330. DOI:10.1017/S0033291725101979

### Blinzeln im Takt der Musik

Die auditorisch-motorische Synchronisation, die Abstimmung von Körperbewegungen auf rhythmische Muster in der Musik, ist ein universelles menschliches Verhalten, dessen Umfang noch nicht vollständig verstanden ist. Chinesische Wissenschaftler:innen entdeckten nun eine bisher unbekannt Form der auditorisch-motorischen Synchronisation: »Wir haben festgestellt, dass das spontane Blinzeln der Menschen mit dem musikalischen Rhythmus übereinstimmt – auch ohne, dass sie dazu aufgefordert werden, was eine verborgene Verbindung zwischen dem Hören von Musik und dem okulomotorischen System offenbart«, so Yi Du, Autor der Studie, die bei *PLOS Biology* veröffentlicht wurde. Das Blinzeln der Teilnehmenden der Studie

synchronisierte sich robust mit den Takten der Musik in verschiedenen Tempi und unabhängig von melodischen Signalen. Der einzige Faktor, der die Synchronisation störte, war die Fokussierung auf eine nicht mit dem Hören der Musik zusammenhängenden Aufgabe. Diese für die Wissenschaftler:innen überraschende Beobachtung zeige, dass die Synchronisation des Blinzeln zur Musik, auch wenn wir uns dessen nicht bewusst sind, erfordert, dass wir uns auf die Musik konzentrieren. Mehr dazu: Wu, Y., Teng, X. & Du, Y. (2025). Eye blinks synchronize with musical beats during music listening. *PLoS Biology*, 23(11), e3003456. <https://doi.org/10.1371/journal.pbio.3003456>

### Positive Erinnerungen können Leistungsfähigkeit beim Instrumentalspiel unterstützen

Professionelle Musiker:innen erbringen regelmäßig hochwertige musikalische Leistungen auf der Bühne. Die Saxophonistin und Doktorandin Aiko Watanabe initiierte dazu eine Studie, die kürzlich in *Frontiers in Psychology* veröffentlicht wurde: »Als Saxophonistin interessiere ich mich schon seit langem dafür, was Musiker dazu befähigt, unter Druck auf der Bühne ihr Bestes zu geben«. Für die Studie wurde das Spiel professioneller Blasinstrumentalist:innen subjektiv und objektiv bewertet, nachdem sie vor ihrem Auftritt eine positive oder eine negative Auftrittserinnerung oder gar keine Erinnerung aufrufen sollten. Im Ergebnis konnte beobachtet werden, dass die Leistungsbewertung – sowie Arousal- und Valenzwerte – bei den Musiker:innen höher waren, die vor ihrem Spiel positive Erinnerungen aufgerufen hatten. Dies deutet darauf hin, dass positive Erinnerungen begleitet von einer Aktivierung des sympathischen Nervensystems Valenz und Arousal erhöhen, was letztlich zu einer Leistungssteigerung beiträgt. »Das bedeutet, dass es nicht

einfach nur auf das physiologische Arousal an sich ankommt, sondern darauf, wie Musiker ihren körperlichen Zustand interpretieren und regulieren. Das Abrufen positiver Erinnerungen ist eine wirksame Strategie, um solche positiven Interpretationen zu fördern«, so Shinya Fujii, Hauptautor der Studie. Mehr dazu: Watanabe, A., Kondoh, S., Samma, T. & Fujii, S. (2025). Enhanced subjective performance achievement in wind instrument playing through positive memory recall: effects of sympathetic activation and emotional valence. *Frontiers in Psychology*, 16, 1544069. DOI: 10.3389/fpsyg.2025.1544069. PMID: 40969469; PMCID: PMC12441066

### Zur Wirksamkeit musiktherapeutischer Interventionen bei Schmerzen

Welche musiktherapeutischen Interventionen sind am wirksamsten zur Schmerzlinderung? Dieser Frage gingen Dr. Samuel Rodgers-Melnick und Kolleg:innen in einer in *Journal of Pain* veröffentlichten Studie nach. Sie analysierten mehr als 2000 Musiktherapiesitzungen mit Patient:innen mit mittelschweren bis starken Schmerzen und verglichen vier Kategorien von musiktherapeutischen Interventionen: (1) *Rezeptiv* – ohne Entspannungs- und Visualisierungstechniken; (2) *Rekreativ* – Instrument spielen, Singen, ohne Kompositionstechniken; (3) *Musikunterstützte Entspannung und Visualisierung* – rezeptiv; (4) *Kompositorisch/Kreativ* – Kompositionstechniken wie Songwriting, Song-Dedication, musikunterstützte Lebensrückschau. Im Ergebnis führten aktive musiktherapeutische Interventionen zu einer 37 Prozent höheren und musikunterstützte Entspannungs- und Imaginationstechniken zu einer 48 Prozent höheren Wahrscheinlichkeit einer Reduktion der Schmerzintensität als rein rezeptive Methoden. Rodgers-Melnick: »Diese Ergebnisse untermauern die einzigartige Rolle, die Musiktherapeut:innen dabei spielen[,] [...] im Rahmen

von Musikinterventionen zur Schmerzbewältigung zu motivieren. Wenn wir Patient:innen in den musikalischen Prozess einbinden, geschieht etwas ganz Besonderes, das Einfluss darauf haben sollte, wie Musiktherapeut:innen arbeiten [...]« Mehr dazu: Rodgers–Melnick, S. N., Gunzler, D., Love, T. E., Koroukian, S. M., Beno, M., Dusek, J. A. & Rose, J. (2025). Impact of sociodemographic, clinical, and intervention characteristics on pain intensity within a single music therapy session. *Journal of Pain*, 36, 105556. DOI: 10.1016/j.jpain.2025.105556. Epub 2025 Sep 11. PMID: 40945641

### Sungeun Kim für Promotion ausgezeichnet

Die Musiktherapeutin Sungeun Kim ist am 26. November 2025 für ihre Dissertation »Das Potenzial des Improvisationstheaters in musiktherapeutischer Betreuung von alten Menschen mit kognitiven Beeinträchtigungen« mit dem Sonderpreis 2025 der Erich und Liselotte Gradmann

–Stiftung ausgezeichnet worden. Wir gratulieren herzlich! In ihrer Dissertation untersuchte Sungeun Kim den Einfluss von Methoden des Improvisationstheaters auf Vitalwerte wie Puls und Schlafdauer bei Menschen mit Demenz. Anhand der Erfassung physiologischer Daten konnte sie nachweisen, dass sich das Wohlbefinden der Senior:innen verbessert und darüber hinaus Erinnerungen aktiviert werden. Dazu Jurymitglied und Stiftungsvorstand Rainer Lechner: »Die Dissertation weist einen komplexen und hohen Detaillierungsgrad auf. Die Besonderheit der Studie liegt in der Verbindung von künstlerisch–therapeutischer Praxis mit der digitalen Erfassung physiologischer Daten über Smartwatches«. Die Erich und Liselotte Gradmann–Stiftung setzt sich für die Unterstützung von hilfsbedürftigen älteren Menschen ein und zeichnet seit 2018 herausragende wissenschaftliche Arbeiten aus, die sich mit der Versorgung von Menschen mit Demenz befassen. Mehr dazu: <https://www.demenz-support.de/ueber-uns/>



Quelle: Demenz Support Stuttgart.

## Drei Jahre *Kunst auf Rezept* in Bremen

Das Bremer Projekt *Kunst auf Rezept* richtet sich an Menschen, die psychisch belastet oder gefährdet sind, eine psychische Erkrankung zu entwickeln. Jene können mithilfe eines hausärztlich, fachärztlich oder psychotherapeutisch ausgestellten *Kunst-Rezeptes* kostenlos an künstlerischen und kulturellen Aktivitäten teilnehmen und sich in einer *Kunst-auf-Rezept*-Gruppe der Volkshochschule Bremen über ihre Erfahrungen austauschen. Die dreijährige Pilotphase des Projektes ist nun zum Ende des Jahres 2025 ausgelaufen, das Projekt wurde im Rahmen einer Abschlussveranstaltung am 11. Dezember 2025 evaluiert. Es zeigte sich, dass sich das Angebot bei einer großen Mehrzahl der 75 Teilnehmenden positiv auf die psychische Gesundheit und das Wohlbefinden ausgewirkt hat. Teilnehmende gaben an, ihre Stimmung habe sich verbessert, Selbstvertrauen und Selbstwertgefühl seien gestärkt worden und

sie hätten sich weniger einsam gefühlt. Claudia Bernhard, Bremer Senatorin für Gesundheit, Frauen und Verbraucherschutz, resümiert: »Psychische Erkrankungen nehmen deutschlandweit zu – auch in Bremen. Umso bedeutender sind alternative Unterstützungsangebote, wie das Pilotprojekt *Kunst auf Rezept* [...]. Unser Ziel ist es jetzt, unsere gewonnenen Erfahrungen auszubauen und den Ansatz von *Kunst auf Rezept* in Bremen und über die Grenzen Bremens hinaus weiter sichtbar zu machen.« Um die aufgebaute Expertise und die Vorreiterrolle Bremens auch in Zukunft zu sichern, planen das Gesundheits- und das Kulturressort gemeinsam mit der Volkshochschule Bremen im Jahr 2026 ein Kompetenzzentrum »Kunst – Kultur – Gesundheit« zu etablieren, welches von allen drei Partner:innen gemeinsam finanziert wird. Mehr dazu: [www.senatspressestelle.bremen.de/pressemitteilungen/drei-jahre-kunst-auf-rezept-in-bremen-478662](http://www.senatspressestelle.bremen.de/pressemitteilungen/drei-jahre-kunst-auf-rezept-in-bremen-478662); [www.vhs-bremen.de/kunst-auf-rezept](http://www.vhs-bremen.de/kunst-auf-rezept)

## Songwriting – anders therapeutisch XVII

An dieser Stelle werden in der Regel Lieder vorgestellt, in denen Künstler:innen ihre Musik und das Schreiben von Songs genutzt haben, um schwierige persönliche Erfahrungen und Gefühle zum Ausdruck zu bringen. Dieses *Songwriting – anders therapeutisch* widmet sich **Kraft – und Trostliedern** aus dem musiktherapeutischen Alltag. Vorgestellt werden drei Lieder, die in Musiktherapiegruppen von Patient:innen geteilt wurden und dort auf große Resonanz stießen.

### I'm not what happened to me

Das durch Spotify und YouTube bekannt gewordene Lied *I'm not what happened to me* von Good Vibes Tribe 11:11 beruft sich auf ein Zitat, welches Carl Gustav Jung zugeschrieben wird: »Ich bin nicht das, was mir widerfahren ist.« Verbunden mit tiefen Trommelklängen wird hier die kraftvolle Hoffnung hörbar, dass der Kern der eigenen Identität nicht durch Traumata oder belastende Erfahrungen beschädigt werden konnte, wenn es heißt: »I'm not what happened to me. / I'm what I choose to be. / Each step I take, I shift, I rise. / The past dissolves before my eyes.«

### Ein Elefant für dich

Es gibt Zeiten, in denen Menschen über sich selbst hinauswachsen, um anderen zur Seite zu stehen. Das erlebte auch die Sängerin Judith Holofernes der Band *Wir sind Hel-den*: »Jemand in meiner Familie litt früher an

einer schweren Krankheit, in dieser Not musste ich übermenschliche Kräfte entwickeln, um mit der Situation fertig zu werden« (Quelle: [www.tagesspiegel.de/gesellschaft/meine-tiere-5197774.html](http://www.tagesspiegel.de/gesellschaft/meine-tiere-5197774.html)). Im ihrem Lied *Ein Elefant für dich* heißt es: »Ich seh' uns beide, du bist längst zu schwer / für meine Arme, aber ich geb' dich nicht her. / Ich weiß, deine Monster sind genau wie meine / und mit denen bleibt man besser nicht alleine.« Das Bild des tragenden Elefanten habe die Sängerin damals getröstet, der Elefant als ein Tier, das Schutz gibt und mit Riesenkräften durch die schwere Zeit trägt. »Ich weiß, ich weiß, ich weiß und frage nicht. / Halt dich bei mir fest, steig' auf, ich trage dich / Ich werde riesengroß für dich, / ein Elefant für dich. / Ich trag dich meilenweit übers Land. / Und ich trag dich soweit ich kann.«

### Mensch

»Der Mensch heißt Mensch, / weil er erinnert, weil er kämpft, / weil er hofft und liebt, / weil er mitfühlt und vergibt, / und weil er lacht, und weil er lebt. / Du fehlst.« In Herbert Grönemeyers Lied *Mensch* werden zutiefst menschliche Weisen, das Leben zu bewältigen, beschrieben: verdrängen, vergessen, schwärmen, glauben, irren oder vertrauen. (siehe auch: [www.zeitzeichen.net/node/9887](http://www.zeitzeichen.net/node/9887)). Das Lied vermittelt: Wir alle können straucheln, Entscheidungen treffen, die sich im Nachhinein als nicht hilfreich erweisen, zeitweise »ohne Verstand« durchs Leben trudeln oder »Träume auf Sand« bauen. Das kann trösten und Selbstmitgefühl wecken.

## Schlussakkord

Im November 2025 fand das 13. Symposium der Deutschen Gesellschaft für Psychoanalyse und Musik zum Thema »TRÄUME\*N in Psychoanalyse und Musik« statt. Anlass, darüber nachzudenken, welche Musikstücke oder Popsongs sich eigentlich mit dem *Träumen* auseinandersetzen ... um dann nach kurzer Recherche an einem Song haften zu bleiben. »Dreaming, dreaming is free«, singt Debbie Harry, Sängerin der Band Blondie, kurz und entwaffnend. Natürlich geht es im Song *Dreaming* auch ein bisschen um Liebe, aber das, was nachklingt, ist, dass Träumen nicht nur nichts kostet, sondern uns diese Fähigkeit auch Momente der Freiheit und Unabhängigkeit ermöglichen kann.



Hennie Niemann ([https://commons.wikimedia.org/wiki/File:'When\\_she\\_finally\\_woke\\_the\\_world\\_around\\_her\\_had\\_changed\\_unrecognizably'\\_50x40\\_cm,\\_Oil\\_on\\_canvas\\_by\\_Hennie\\_Niemann\\_jnr,\\_2020.jpg](https://commons.wikimedia.org/wiki/File:'When_she_finally_woke_the_world_around_her_had_changed_unrecognizably'_50x40_cm,_Oil_on_canvas_by_Hennie_Niemann_jnr,_2020.jpg)), <https://creativecommons.org/licenses/by-sa/4.0/legalcode>