

Holger Schramm

Mood Management durch Musik

Die alltägliche Nutzung von Musik zur
Regulierung von Stimmungen

Herbert von Halem Verlag

Bibliographische Information der Deutschen Bibliothek

Die deutsche Bibliothek verzeichnet diese Publikation
in der Deutschen Nationalbibliographie; detaillierte
bibliographische Daten sind im Internet über
<http://dnb.ddb.de> abrufbar.

Holger Schramm:

Mood Management durch Musik.

Die alltägliche Nutzung von Musik

zur Regulierung von Stimmungen

Köln : Halem, 2005

Alle Rechte, insbesondere das Recht der Vervielfältigung
und Verbreitung, sowie der Übersetzung, vorbehalten.
Kein Teil des Werkes darf in irgendeiner Form (durch
Fotokopie, Mikrofilm oder ein anderes Verfahren)
ohne schriftliche Genehmigung des Verlages reproduziert
oder unter Verwendung elektronischer Systeme
(inkl. Online-Netzwerken) gespeichert, verarbeitet,
vervielfältigt oder verbreitet werden.

© 2005 by Herbert von Halem Verlag, Köln

ISBN 3-931606-85-6

Den Herbert von Halem Verlag erreichen Sie auch im
Internet unter <http://www.halem-verlag.de>
E-Mail: info@halem-verlag.de

SATZ: Herbert von Halem Verlag

DRUCK: FINIDR, s.r.o. (Tschechische Republik)

GESTALTUNG: Claudia Ott Grafischer Entwurf, Düsseldorf

Copyright Lexicon ©1992 by The Enschedé Font Foundry.

Lexicon® is a Registered Trademark of The Enschedé Font Foundry.

Inhalt

| | | |
|-------|---|----|
| 1. | EINLEITUNG UND FRAGESTELLUNG | 9 |
| 2. | RELEVANZ DER FORSCHUNG ZU MOOD MANAGEMENT DURCH MUSIK | 12 |
| 3. | STIMMUNGEN: BEGRIFF, STRUKTUR, REGULATION | 19 |
| 3.1 | Stimmungen versus Emotionen | 19 |
| 3.2 | Struktur von Stimmungen | 23 |
| 3.3 | Stimmungsregulation | 27 |
| 3.4 | Mood-Management-Theorie | 32 |
| 4. | MUSIK – EIN EMOTIONALER MEDIENINHALT | 46 |
| 4.1 | Mediales Angebot von Musik | 46 |
| 4.2 | Emotionaler Ausdruck von Musik | 50 |
| 5. | REZEPTION VON MUSIK | 55 |
| 5.1 | Musikrezeption im ›Spannungsfeld‹ zwischen Kulturkreis, Musikangebot, Situation und Individuum | 55 |
| 5.2. | Prä-kommunikative Phase: Auswahl von Musik | 61 |
| 5.2.1 | <i>Verfügbarkeit von Musik</i> | 62 |
| 5.2.2 | <i>Motive der Musikrezeption</i> | 66 |
| 5.2.3 | <i>Auswahl von Musik durch ›Selective Exposure‹, Routinen und Nutzungsmuster sowie Musikpräferenzen</i> | 72 |
| 5.2.4 | <i>Musikauswahl nach Iso- und Kompensationsprinzip</i> | 77 |
| 5.3 | Kommunikative Phase: Musikrezeption im engeren Sinn | 83 |
| 5.3.1 | <i>Alltägliche Nutzung von Musik</i> | 84 |

| | | |
|-------|---|-----|
| 5.3.2 | <i>Rezeptionsmodi</i> | 89 |
| 5.3.3 | <i>Musikrezeption in synchroner Perspektive</i> | 95 |
| 5.4 | Post-kommunikative Phase: Wirkungen von Musik | 98 |
| 5.4.1 | <i>Wirkung versus Wirkungslosigkeit von Musik</i> | 99 |
| 5.4.2 | <i>Wirkung von Musik auf Stimmungen</i> | 105 |
| | | |
| 6. | EMPIRISCHE STUDIEN ZU MOOD MANAGEMENT DURCH MUSIK | 110 |
| 6.1 | Herleitung von Forschungsfragen und Hypothesen | 110 |
| 6.2 | Methodisches Vorgehen | 117 |
| | | |
| 7. | STUDIE 1: LEITFADENINTERVIEWS | 121 |
| 7.1 | Methode | 122 |
| 7.1.1 | <i>Operationalisierung – Aufbau des Leitfadens</i> | 122 |
| 7.1.2 | <i>Durchführung</i> | 124 |
| 7.1.3 | <i>Stichprobe</i> | 125 |
| 7.1.4 | <i>Transkription und Auswertung</i> | 126 |
| 7.2 | Ergebnisse | 127 |
| 7.2.1 | <i>Mentale Repräsentation von Musik</i> | 128 |
| 7.2.2 | <i>Rezeptionsmodalitäten</i> | 130 |
| 7.2.3 | <i>Ziele/Funktionen des Musikhörens</i> | 136 |
| 7.2.4 | <i>Zusammenhänge zwischen Stimmungen und Art der gehörten Musik</i> | 137 |
| | | |
| 8. | STUDIE 2: TELEFONBEFRAGUNG | 145 |
| 8.1 | Methode | 146 |
| 8.1.1 | <i>Operationalisierung – Aufbau des Fragebogens</i> | 147 |
| 8.1.2 | <i>Durchführung</i> | 149 |
| 8.1.3 | <i>Nachkodierung und Auswertung</i> | 151 |
| 8.1.4 | <i>Stichprobe</i> | 153 |

| | | |
|-------|--|-----|
| 8.2 | Ergebnisse | 158 |
| 8.2.1 | <i>Musikrezeption bei Glück/Freude</i> | 158 |
| 8.2.2 | <i>Musikrezeption bei Ruhe/Entspannung</i> | 162 |
| 8.2.3 | <i>Musikrezeption bei Melancholie/Traurigkeit</i> | 166 |
| 8.2.4 | <i>Musikrezeption bei Wut/Ärger</i> | 175 |
| 9. | STUDIE 3: EXPERIMENT | 182 |
| 9.1 | Methode | 182 |
| 9.1.1 | <i>Untersuchungsdesign</i> | 182 |
| 9.1.2 | <i>Operationalisierung – Aufbau des Fragebogens</i> | 183 |
| 9.1.3 | <i>Rekrutierung und Durchführung</i> | 189 |
| 9.1.4 | <i>Stichprobe</i> | 192 |
| 9.2 | Ergebnisse | 198 |
| 9.2.1 | <i>Wirkung der Stimmungsmanipulation</i> | 198 |
| 9.2.2 | <i>Situationsunabhängige Musikpräferenzen</i> | 203 |
| 9.2.3 | <i>Situationsunabhängige Hörweisen</i> | 211 |
| 9.2.4 | <i>Musikrezeption bei Trauer, Ruhe und Freude</i> | 216 |
| 10. | ZUSAMMENFASSUNG DER ERGEBNISSE UND INTERPRETATION | 233 |
| 11. | FAZIT: RÜCKBLICK UND AUSBLICK | 243 |
| 12. | LITERATUR | 253 |