Interview_B2

1	I: Okay, am Anfang muss ich dir noch mal eine Frage zum Datenschutz stellen. Also stimmst du zu, dass deine Daten für Forschungszwecke gespeichert und verarbeitet werden und anonymisiert veröffentlicht werden können? #00:00:15-4#
2	B2: Ja. #00:00:16-9#
3	I: Ja, okay. Sehr gut. Ich habe 18 Fragen, davon sind aber einige optional. Gucken wir einfach, wie das läuft. Und dann würde ich einfach mal anfangen. Was würdest du sagen, wie muss Musik sein, um dich zu trösten? #00:00:43-3#
4	B2: Hm (überlegend). Ich glaube einfach so Bibelanteile. Also wenn ich gerade einen Vers hab oder so, über den ich nachdenke, dass das auch im Lied ist oder so. Oder? Genau. Halt einfach genau das spezifische Thema. In dem Lied muss halt das Thema sein, was mich halt gerade beschäftigt, würde ich mal so sagen. #00:01:10-1#
5	I: Aber jetzt bezogen auf die Musik. Welche Elemente der Musik sind dir besonders wichtig oder aufgefallen? #00:01:18-2#
6	B2: Ah, okay. Also, auf musikalischer Ebene? #00:01:22-9#
7	I: Ja. #00:01:23-9#
8	B2: Dann für mich persönlich? (...) Ja, interessante Aspekte halt, so wie ich Musik auch normalerweise höre. Also es kann jetzt nicht jedes Genre sein, es sind schon so dann die Genres auch, die ich so ganz gerne höre und (…) Genau. Halt eben auch so in dem Stil, den ich halt einfach mag. Und jetzt nicht einfach irgendein sagen wir mal christliches Lied oder so, sondern genau halt auch dann schon in dem Stil, wenn ich es wirklich öfter höre. #00:02:08-0#
9	I: Und kannst du die Musik beschreiben, die du öfter hörst? Also was tröstet dich da an der Musik? #00:02:19-2#
10	B2: (...) Was mich tröstet an der Musik. Ich glaube, einfach dieses Musikalische tut meiner Seele dann gut. Also in Bezug auf den/ im Zusammenhang auch mit dem Text würde ich sagen, ist das einfach für meine Seele schön, beruhigend. Und das ist dann, Ja eigentlich glaube ich einfach immer ein Zusammenspiel aus dem Text und der Musik. Ja genau. #00:03:00-4#
11	I: (...) Und kannst du sagen, wie du drauf sein musst, um Trost empfangen zu können? Brauchst du irgendwelche Voraussetzungen von dir aus? #00:03:15-8#
12	B2: (...) Ich überlege kurz. (...) Also interessant fand/ Also ich muss halt in einer gewissen Sache entmutigt sein oder halt, dass ich Trost empfangen kann muss irgendwas passiert sein oder irgendeine Frage bei mir gerade relevant sein, die mich sehr beschäftigt, damit ich halt eben überhaupt Trost brauche. Aber eine Voraussetzung ist ja jetzt nicht unbedingt notwendig.

	Sondern einfach nur die Voraussetzung, dass es mir eben nicht so gut geht. Vielleicht. #00:04:05-2#
13	I: Ja. Und was sozusagen/ Wie muss die Situation, also das Drumherum, aussehen, damit du Trost empfangen kannst? #00:04:16-0#
14	B2: (...) Hm (überlegend). Ich glaube, ich bin, wenn ich Musik höre/ Ich bin dann gerne alleine. Also ich höre dann gerne laut Musik an, also jetzt nicht unfassbar laut, aber genau. Auch singe ich gerne mit bei den Liedern und dafür bin ich aber irgendwie auch gerne alleine, würde ich mal sagen. Das ist mein Optimalzustand. #00:04:49-0#
15	I: (...) Okay. Würdest du sagen, du hast den Trost durch Musik alleine empfangen? Oder hattest du vor oder nach dem Musik hören noch Trost durch eine Person gesucht? Wenn du dich so zurück erinnerst an verschiedene Situationen. #00:05:11-7#
16	B2: (...) Also ich hatte eine Situation, wo ich ein Lied angehört habe und ich habe mich von außen gar nicht ermutigt gefühlt oder Trost bekommen und das hat mir Hoffnung gegeben in diesem Moment. Also Trost und Hoffnung und da war ich einfach alleine, habe ich mich alleine gefühlt und es war wirklich das, was in dem Lied gesagt wurde, was mich da getröstet hat. Genau. Normalerweise aber brauche ich auch von außen Trost, brauche ich auch Gemeinschaft. Und es ist jetzt nicht, dass es nur Musik ist oder so, aber es ist vielleicht ein kleines Stückchen davon. #00:05:59-9#
17	I: Hm (bestätigend). Du hast in den Fragebogen eine ja kurz angerissen, was für eine Situation das war, wo du in Musik Trost gesucht hast, beziehungsweise jetzt eventuell eine andere. Aber kannst du mich vielleicht noch mal mit hineinnehmen, wie der Verlauf war deines emotionalen Erlebens? Also wie war die Situation für dich? Wie sah der Trost aus, den du erlebt hast? Und wie war das so vor während des Musikhörens und danach? #00:06:37-8#
18	B2: Ich weiß nicht mehr spezifisch, was ich angegeben habe im Fragebogen, aber ich glaube, das war diese Situation. Da war ich depressiv. Und da war ich sehr alleine in einem anderen Land und/ Ich glaube, das war diese Situation. Du kannst auch gerne noch mal reingrätschen, weil du, glaube ich, besser weißt, was ich da eingetragen habe. Kannst du dann noch mal die Frage nur ganz kurz zusammenfassen? #00:07:16-6#
19	I: Also wie war dein Emotionsverlauf, also der Verlauf deines emotionalen Erlebens, wie du den Trost erlebt hast? #00:07:26-6#
20	B2: Okay. Also mir ging es sehr schlecht innerlich. Ich hatte ja einfach ich/ Ja, ich war innerlich einfach depressiv, war total hoffnungslos. Irgendwie war alles grau. Und dann habe ich halt dieses Lied angehört und es hat in mir einfach/ Es hat mir irgendwie Hoffnung gebracht und ich konnte vorher noch nie mit diesem Lied relaten. Aber ich hatte Hoffnung in mir und trotzdem noch diesen innerlichen mentalen Schmerz. Aber dann vorher im Vergleich zu nachher war auf jeden Fall etwas gesetzt, also durch dieses Lied in mir. Und ja, der Schmerz war nicht weg, aber es war einfach/ Es hat mich in diesem Schmerz/ Ist mir in diesem Schmerz begegnet. Sagen wir so. #00:08:23-8#
21	I: (...) Und. (...) Wie würdest du jetzt den Trost beschreiben, den du da erlebt hast? #00:08:40-0#

22	B2: (...) Ich glaube, in dem Moment. (...) Dieser Text. Der sich danach angehört hat oder wo es darum ging, dass auch schon mal jemand an so einem tiefen Punkt war. Also dieses in diesem Schmerz nicht alleine sein und halt, dass da Hoffnung ist. Und es ging auch um Jesus und so, das war halt für mich glaube ich echt nice, weil ich konnte noch nie zu so einem Text relaten. Mir ging es vorher nie schlecht gefühlt, also so richtig schlecht. Und da war ich dann an so einem Punkt, wo ich wusste ‚Okay, es sind noch mehr Menschen auf der Welt, denen es nicht gut geht'. Und dieses Lied im Prinzip erzählt davon und die Person hat aber Hoffnung und die Person deklariert gerade einfach Hoffnung und das hat in mir dann was ausgelöst. #00:09:44-4#
23	I: Hm (bestätigend), hm (überlegend). Und inwiefern würdest du sagen, unterscheidet sich Trost durch Menschen von Trost durch Musik? #00:09:54-1#
24	B2: (...) Eine gute Frage. (...) Also ich finde, bei Musik kommt halt eben noch dieser musikalische Aspekt hinzu. Ich persönlich liebe einfach Musik, deswegen tut mir Musik generell einfach gut, würde ich mal so sagen. (...) Ja. Und es ist ja nicht so, dass man jetzt immer 24/7 mit Leuten redet dann in diesem Schmerz und man, sagen wir mal getröstet wird oder wie auch immer. Sondern dass man auch alleine ist. Und wenn man da Musik hört/ Ich finde, das ist so ein Zusammenspiel einfach und der Unterschied ist, ich glaube, dass es (unv. #00:10:44-1#) die einen trösten. Ich glaube, dass es nicht immer gut ist, dass es nur Musik ist, wenn es nur Musik ist. Aber Ja, ich glaube halt einfach dieses wenn man alleine ist. Sagen wir mal, vielleicht hat man auch gerade irgendwie keinen oder so, der einen irgendwie tröstet und dann ist da halt einfach dieses Lied oder so. Genau. #00:11:04-6#
25	I: (...) Also würdest du sagen, gar nicht so sehr der Trost unterscheidet sich, sondern die Situation unterscheidet sich? #00:11:14-0#
26	B2: Ja. (...) Ja. #00:11:20-9#
27	I: (...) Und wenn du dir das jetzt noch mal näher anguckst, wo du durch Trost oder durch Personen getröstet wurdest, inwiefern würdest du sagen, unterscheiden sich die Situationen? Also ist da vielleicht ein unterschiedlicher Zeitpunkt der Trostsuche oder das Erleben irgendwie dann anders? #00:11:42-8#
28	B2: (...) das Erleben anders? Also in Bezug auf Trost von Musik versus Menschen? #00:11:54-5#
29	I: Ja. #00:11:56-9#
30	B2: (...) Ich glaube, von Menschen ist irgendwie/ Kann nachhaltiger sein, weil man einfach Menschen braucht. Und ich glaube wie gesagt, Musik alleine ist halt nicht immer unbedingt gut. Aber (...) gerade wenn man nicht unbedingt Menschen um sich herum hat dann und gerade irgendwie Musik hört, dann ist es eben einfach auch/ Einen durch etwas durchbringen, würde ich mal sagen. #00:12:34-2#
31	I: (...) Würdest du auch sagen der Zeitpunkt, wo du Trost suchst in Bezug auf in Musik oder zu einer Person, ist derselbe? Aber bei Musik ist es mehr eine Überbrückung als nachhaltig? #00:13:01-2#

32	B2: (...) Also im Endeffekt suche ich eigentlich Trost bei Gott, würde ich mal sagen. Und das passiert dann halt manchmal durch Menschen oder durch Musik. Also deswegen. Und manchmal ist es auch nicht immer nur gut, wenn man halt zu Menschen rennt, habe ich das Gefühl, weil das irgendwie auch manchmal so ein bisschen den Platz einnehmen kann von Gott. Und deswegen würde ich halt sagen, dass irgendwie beides zu Trost führt. Aber im Endeffekt merke ich ist es Gott im Endeffekt, der immer mein main Tröster ist und das/ Genau, so macht es für mich Sinn. So würde ich es in Worte fassen. #00:13:43-5#
33	I: (...) Hm (bestätigend). Ja, Wenn wir da einfach mal bleiben. Wie weit würdest du sagen, erlebst du deine Beziehung zu Gott als Trostquelle? #00:13:56-8#
34	B2: Ich lerne es immer mehr, weil ich halt extrem früher immer nur Menschen als Trostquelle genommen habe und dann halt durch die Zeit, wo es mir gar nicht gut ging, war ich halt sehr alleine und da war ich dann irgendwie das erste Mal gezwungen, dass Gott einfach meine Trostquelle ist. Und seitdem habe ich das auf jeden Fall durch andere schwere Zeiten weiterhin sehr erleben dürfen. Genau, dass er mir einfach Trost gibt. Beziehungsweise ja, es ist einfach irgendwie so eine Entscheidung, so dass man halt einfach seinen Schmerz, seine Sorgen auf ihn schmeißt und so, Ja. #00:14:41-9#
35	I: (...) Und was würdest du sagen? Wie beeinflusst das dein Musikerleben? #00:14:51-0#
36	B2: (...) Das muss ich kurz überlegen. (...) Ich weiß nicht genau, wie ich darauf antworten soll. Kannst du noch mal die Frage noch mal anders stellen? #00:15:09-1#
37	I: Ja. Also, du hast gesagt, du hast immer mehr gelernt, wie Gott eine Trostquelle ist. Und wenn du jetzt auf der Suche nach Trost christliche Musik hörst. Wie würdest du denn sagen, beeinflusst deine Beziehung zu Gott dieses Erleben dieser Musik? (...) Also wie arg ist da eine Verbindung? #00:15:34-8#
38	B2: Also positiv, weil ich merke, dass Gott mir dadurch einfach begegnet. Wenn, wie gesagt, wenn ich halt einfach Wahrheit dort sehe, in diesem Lied. Denn ich weiß irgendwie, dass Gott einfach zu mir spricht dadurch und dass Gott mich ermutigt und dann beeinflusst es meine Beziehung zu ihm positiv. (...) Weil ich suche eigentlich nicht in nicht-christlicher Musik nach Trost. #00:16:07-7#
39	I: (...) Du hast gerade gesagt, dass das Musikhören deine Beziehung positiv beeinflusst. Würdest du also/ Würdest du sagen, das ist one way? Also, es kommt/ die Musik prägt deine Beziehung positiv? Oder ist es auch beidseitig, dass auch deine Beziehung das Musik hören positiv beeinflusst? #00:16:39-5#
40	B2: (...) Ah? (...) Hm (überlegend). Also. Hm (überlegend). Ja Moment. Also generell für mich Musikhören ist eine Sache, die meine Seele halt liebt und mein Geist ist halt der, der, sagen wir mal, der ist sagen wir mal mit den Wahrheiten. Sorry, im Moment. Ich muss mal überlegen, wie ich mich ausdrücke. (...) Also Musik beeinflusst/ Der Text in Musik beeinflusst die Beziehung zu Gott. Auch im Zusammenhang mit der eigentlichen Musik, weil sonst würde ich mir das Lied gar nicht erst anhören. Aber an sich Musik ohne den Text, ohne den Inhalt würde ich sagen, beeinflusst nur in der Hinsicht meine Beziehung mit Gott, dass ich weiß, dass Gott Musik geschaffen hat und das meiner Seele einfach gut tut und ich nicht nur ein geistliches Wesen bin, sondern eben auch meine Seele gewisse Dinge mag. Und Ja, ich halt einfach noch nicht, sagen

	wir mal/ (...) Ich finde es schwierig zu sagen. Ich hoffe, dass es mit dem Skript nicht zu schlimm wird gerade, aber Ja, genau. Verstehst du, was ich meine? #00:18:15-0#
41	I: Ja. (...) Und würdest du sagen, du erlebst auch weltliche Musik, also die nicht-christliche Texte hat/ Kann das auch trösten? #00:18:28-5#
42	B2: (...) Nein, mich momentan ehrlich gesagt nicht so. Also, das kann ja ganz cool sein für die Seele. Aber irgendwie ist es dann oftmals immer so aussichtslos, habe ich das Gefühl. Und ich möchte nicht in meinem Schmerz verweilen und auch Sachen, die dann ausgesprochen werden oder ausgesungen werden. Auch wenn ich es liebe, wie die singen. Es kann so nice sein, aber ich merke irgendwie kann ich das nicht mit mir dann ganz vereinbaren, weil ich mich irgendwie echt einfach auf die Wahrheit fokussieren muss in solchen Situationen, wo es mir wirklich schlecht geht, weil es sonst für mich nicht viel Sinn hat. #00:19:12-8#
43	I: Hm (überlegend). Was würdest du sagen, was passiert auf emotionaler und auf kognitiver Ebene bei Trost? #00:19:25-3#
44	B2: (...) Emotional. (...) In mir oder von außen, oder? #00:19:45-0#
45	I: Nee, also ich weiß/ Erstmal bei dir, aber vielleicht kann man das auch verallgemeinern. Also was passiert emotional, wenn man getröstet wird und was passiert da kognitiv in einem selber? Ja. #00:19:56-1#
46	B2: (...) Man spürt eine Besänftigung. Eine kleine Last vielleicht, die weggeht, oder je nachdem, durch was für einen Schmerz man geht, dass dieser Schmerz, das vielleicht kurzzeitig anders anfühlt, oder? Ja man einfach innerlich einen Unterschied merkt, würde ich sagen. Und. (...) Ja vielleicht, dass sich gewisse Gedanken in eine andere Richtung wenden. Also wenn man vorher jetzt irgendwie die ganze Zeit da und da drüber meditiert hat in seinen Gedanken, dass es sich halt einfach dann in eine etwas andere Richtung begeben kann. #00:20:47-5#
47	I: Ja. Und würdest du sagen, das passiert immer gleichzeitig oder manchmal ist Trost einem nur emotional und manchmal nur kognitiv? #00:20:59-4#
48	B2: (...) Das weiß ich nicht. Das ist glaube ich immer unterschiedlich. Beziehungsweise irgendwie glaube ich, sind Gefühle im Zusammenhang mit den Gedanken sehr verbunden. Ja, Gedanken beeinflussen Gefühle, würde ich sagen. Und irgendwie, vielleicht geht es auch ein bisschen Hand in Hand, aber oftmals bei Musik, gerade wenn irgendwie die Musik mich total catcht. Also jetzt nicht nur der Text, ist halt meiner Seele einfach gut. Und das hat dann vielleicht wiederum Auswirkungen auf meine Gedanken. Ja, weil Musik halt einfach Text und Musik hat. Und da finde ich auf beiden Ebenen etwas Unterschiedliches passieren kann. #00:21:54-2#
49	I: (...) Ja. (...) Du hast angegeben, Musik als Freund zu erleben. Wie muss Musik sein, damit du sie als Freund erlebst? Also kannst du das irgendwie beschreiben? #00:22:14-5#
50	B2: (...) Ja, es muss halt ein gewisses Genre für mich sein. Und. (...) Hm (überlegend). Ja ein gewisses Genre mit gewissen musikalischen Aspekten. Und wie ich gerade schon gesagt habe, für mich spielt Text auch mittlerweile eine etwas größere Rolle. Ich kann mir jetzt nicht einfach mehr nur ein Lied anhören, weil ich es sich cool anhört und der Text sagt Sachen, die ich gar

	nicht mit meinen Werten vereinbaren kann. (...) Genau. Also musikalisch halt schon irgendwie interessant, dass das mich irgendwas daran catcht und ich irgendwie noch. Ich kann es gar nicht beschreiben, aber halt einfach/ Ja ich darüber nachdenke oder einfach ich damit anders mitgehen kann. Genau. Das ist halt einfach immer ein oder zwei spezifische Genres. #00:23:13-1#
51	I: (...) Und würdest du sagen, wenn du christliche Musik hörst, erlebst du die Musik dann als Freund, der was Christliches dir sagt? Oder ist es irgendwie, als ob Gott dir die Sachen zuspricht? #00:23:30-7#
52	B2: Also jetzt nicht allgemein bei aller christlichen Musik, da gibt es für mich auch unterschiedliche Genres, habe ich das Gefühl. Damals gab es ja immer nur diese, sagen wir mal Hillsong Bethel Worship Music. Mittlerweile gibt es ja auch Rap, es gibt Jazz und ja, es kommt ja immer mehr und ich glaube, ich lerne halt, sagen wir mal im Schmerz halt wirklich Lobpreis zu machen. Und das ist dann halt wirklich dieses Bethel Hillsong Genre würde ich mal sagen, halt wo wirklich einfach nur Lobpreis ist. Und das kann mich auf jeden Fall auch trösten, weil ich dann halt eben nicht auf mich schaue, sondern auf Gott. Aber. Ja. Ansonsten wenn ich mir wirklich einfach nur Musik anhöre, die meine Seele mag. Das ist dann halt oftmals nicht unbedingt nur das, sondern halt auch, das weiß ich nicht, irgendwas so ein bisschen Funkigeres. Ein bisschen Komplexeres. Und wenn dann der Text stimmt, ist halt super cool. (...) Ach so stimmt. Und zu der/ Und wenn dann halt, sagen wir mal, das Wort Gottes drin ist, also irgendeine Wahrheit, die da halt ausgesungen wird oder so, dann ist es für mich halt einfach so ein Deklarieren und für mich ist halt, spricht Gott durch Wahrheit, durch sein Wort. Und wenn das halt in diesem Text drin ist, dann ist es schon für mich auch so, als würde Gott zu mir sprechen. Und wenn ich es halt dann so deklariere oder ausspreche oder mitsinge, dann weiß ich, dass ich Wahrheit ausspreche. Und. Ja irgendwie, dass er aber auch gleichzeitig irgendwie zu mir spricht. Ich weiß nicht, so fühlt sich das irgendwie an, wenn man irgendwas deklariert oder aussingt, was sein Wort ist. #00:25:37-6#
53	I: (...) Hm (bestätigend). Und wenn du jetzt das Lied hörst oder mitsingst? Welche Rolle würdest du sagen, spielt für dich dabei der Interpret, also der Sänger oder Sängerin oder beziehungsweise andere Menschen, Fangemeinschaft, die das genauso wie du singen und erleben? #00:26:02-5#
54	B2: (...) Ich kann mich an ein Lied erinnern, da habe ich die Hintergrundgeschichte gehört und das hat mich dann halt einfach extrem ermutigt, weil es halt eben auch eine sehr dunkle Situation war und halt zu hören, aus was für einem Ort dieses Lied entstanden ist. Ist halt schon auch/ Das macht halt etwas mit einem. Und ich würde sagen, es hat nicht immer so viel damit zu tun, wie ich mit dem Lied mitgehen kann. Also für mich ist der Künstler jetzt nicht Nummer 1 Fokus ehrlich gesagt in den allermeisten Fällen. Hauptsache, der Text stimmt und die Musik stimmt. Aber ich finde es natürlich interessant, wenn man dann immer irgendwas hört oder so, wo jetzt das Lied daraus entstanden ist und man da jetzt auch total relaten kann. #00:27:03-8#
55	I: Hm (bestätigend) (...) Und kannst du irgendwie beschreiben, wie sich dein Verhalten gegenüber dem Auslöser für die Trostsuche verändert hat nach dem erlebten Trost? #00:27:28-8#
56	B2: (...) Also im Endeffekt war der Trost jetzt nicht mein Retter vom Schmerz langfristig, sondern es ist für mich eher eine kurze Änderung durch dieses Lied oder durch diese Konversation und dann halt eine wirkliche Verbesserung der Schmerzen ist dann halt durch diese Multiplikation, durch diese Summierung der Situation und halt dann vielleicht irgendwie Änderungen von Gedanken, Änderung von Perspektive. Genau das war dann halt so die endgültige Heilung und halt, wenn es wirklich um extrem emotionalen Schmerz ging. Genau. (...) Also das war ja jetzt

	nicht nur das Lied, sondern das war dann halt viele unterschiedliche Sachen oder halt einfach ein spezifisches Eingreifen von Gott auch, was mich dann endgültig auch aus dieser einen Situation rausgeholt hat. Genau. #00:28:36-8#
57	I: Und würdest du sagen, dass das vor allem irgendwie ein Perspektivwechsel und emotionales Zurechtkommen ist? Oder würdest du sagen, da gibt es auch irgendwie eine Handlungsmotivation, die entsteht, etwas selber zu ändern oder zu machen? #00:28:57-9#
58	B2: Ja, und ich glaube, dafür ist halt eben dieser Perspektivenwechsel notwendig, dass das überhaupt passieren kann. Weil wenn man an einem Ort ist, wo man halt einfach diesen Blick hat und da halt keine Hoffnung ist, dann braucht es einen Perspektivwechsel, dass man die Kraft hat, anders zu handeln, was einen wirklich endgültig rausholt. Genau. #00:29:23-6#
59	I: Und kannst du noch mal näher beschreiben, über was du nachgedacht hast während des Hörens des Liedes? Also Ja. #00:29:37-8#
60	B2: (...) Ich glaube, ich war bewegt von dem Text in dieser Situation. Und dann hatte ich halt diese Gedankengänge von ‚Wow! Diese Person war wirklich auch an einem dunklen Ort. Und der ging es auch gar nicht gut.' und ich konnte auf einmal extrem damit relaten, mit diesen Text und diese Situation. Und ich war irgendwie voll/ Ich habe an dem Text gehaftet, habe irgendwie/ Bin dem Text total gefolgt in meinen Gedanken und. (...) Ja, war erstaunt darüber, dass andere Personen auch an diesem Ort waren und dann, was sie dann gesagt haben. (...) All diese Worte von Hoffnung, die dann kamen. Das waren halt einfach/ Es hat mich einfach gekickt. Ich kann es nicht anders in Worte fassen. Irgendwie. Es hat was mit mir gemacht, innerlich und meiner Seele. Und genau. #00:30:47-6#
61	I: Hm (überlegend). Und würdest du sagen, das ist generell öfter so, dass wenn du Trost suchst, irgendwie in Musik und also oder bei Gott durch Musik, dass du mehr an dem Text hängst oder dass du dann manchmal die Musik auch nur als Hintergrund sozusagen nimmst, um deinen Gedanken nachzuhängen? #00:31:13-1#
62	B2: (...) Es gibt für mich zwei Fälle. Halt einmal wirklich dieser Lobpreis und den höre ich ungerne nur im Hintergrund, weil es für mich halt oftmals nicht unbedingt die Dinge sind, die meine Seele jetzt unfassbar catchen. Es ist halt einfach der Text und die Melodie, die sehr simpel ist, aber halt einfach mein Geist ist, um es so auszudrücken. Genau. Und dann setze Ich mich hin und dann sing ich irgendwas aus oder ich fokussiere mich dann drauf auf den Text und die andere Sache ist halt einfach Musik, die auch in meinen Lieblingsgenres ist, die mich catcht, die christlich ist, die ich dann halt auch im Hintergrund höre. Und dann ist es nicht immer so, dass ich halt 100 Prozent auf den Text die ganze Zeit achte, aber dann kommt immer diese eine kurze Phrase, diese eine Wahrheit oder so, wo ich dann halt wieder drüber nachdenke und mir denke ‚Ja, Amen dazu' und, genau, die kann ich dann halt auch im Hintergrund hören. Bin aber jetzt nicht komplett fokussiert die ganze Zeit auf den Text, sondern halt relate halt in kleinen Momenten, wo ich dann halt mal darauf achte dazu, weil ich mir denke, das ist gerade richtig, was dort gesagt wird. #00:32:37-7#
63	I: Hm (bestätigend). (...) Wenn du dich Trost bedürftig fühlst, was würdest du sagen machst du intuitiv zuerst? #00:32:51-8#
64	B2: (...) Also früher bin ich halt direkt immer zu meiner besten Freundin gegangen. Und jetzt? (...) Kommt so ein bisschen darauf an! Also ich glaube, ich gehe dann schon noch einmal schnell ins

	Wort Gottes. Also mittlerweile. (...) Ich gehe da nicht direkt zur Musik. Unbedingt. Auch, weil ich merk, dass ich auch nicht immer direkt, also Musik dann nutzen möchte, dass ich dann in irgendeiner Sache krass verweile oder so. Also ist es für mich immer eigentlich Ziel oder dass ich halt echt im Endeffekt aus dem Schmerz wieder rauskomme und um mich da jetzt nicht so hinein versinken lasse. Deswegen. (...) Ja, ich glaube, wahrscheinlich erzähle ich es irgendjemanden, ruf irgendjemanden an oder so oder geh halt irgendwie direkt zu Gott. Also eins von den beiden Dingen. #00:34:03-9#
65	I: Hm (bestätigend). Und würdest du sagen, dass du schon mal Trost in Musik vergeblich gesucht hast? #00:34:15-6#
66	B2: Ja, absolut. Also. (...) Manchmal braucht man einen Menschen einfach um sich herum. Und wenn man wirklich in der Situation ist, wo man extrem in Angst ist. (...) Genau. Dann ist es nicht immer gut für mich, nur alleine zu sein und nur in Musik oder so jetzt Trost zu suchen. Es kann vielleicht auch ein kleiner Aspekt sein, aber. Ja, da hab ich die Erfahrung gemacht, dass es auf jeden Fall auch Leute braucht, die halt in einen dann die Wahrheit reinsprechen. #00:34:56-1#
67	I: (...) Würdest du sagen, dass du Trost vor allem suchst bei Dingen, die du als überfordernd wahrnimmst oder unveränderlich? #00:35:26-7#
68	B2: (...) Also ich hatte mehrere unterschiedliche Situationen, die schwierig waren, wo ich unterschiedlichen Trost gebraucht habe. Also wenn es jetzt um diese depressive Zeit ging, dann hat sich halt alles verändert. (...) Es gibt Fälle, wo ich wirklich in Angst war. Dann. (...) Sorry. Was war noch mal die zweite Option? #00:36:09-2#
69	I: Kannst du das gerade noch mal wiederholen? Du warst gerade sehr abgehackt. Ich habe das gar nicht verstanden. #00:36:13-3#
70	B2: Okay. Kannst du noch mal kurz sagen, Die zwei unterschiedlichen Dinge, die du gerade meintest. Also einmal unveränderlich und?
71	I: Überfordernd.
72	B2: Überfordernd. Also bei Angst war das halt Überforderung und auch ein Stück weit, dass man denkt, dass Dinge unveränderlich sind oder so, wenn man sich so auf irgendeine falsche Sache fokussiert hat, die nicht wahr ist. Und bei so depressiven/ Depressiver Zeit ja halt einfach diese Hoffnungslosigkeit und auch, dass Dinge unveränderlich sind beziehungsweise nicht mal, also hat einfach keine Hoffnung. Genau, keine Vision. Und da braucht es halt so unterschiedliche Arten von Trost, würde ich sagen. #00:37:04-0#
73	I: (...) Kannst du das noch mal mehr detaillieren, was du meinst mit unterschiedlichen Arten von Trost? #00:37:14-6#
74	B2: Es gibt halt unterschiedliche Situationen. (...) Und da gibt es für mich einmal Angst und einmal so extreme Traurigkeit. Und das sind für mich halt so unterschiedliche Situationen, wo vielleicht auch unterschiedliche Dinge vorgefallen sind, wo es halt irgendwie auch unterschiedliche Wahrheiten gibt, sagen wir mal, die wichtig sind oder demnach auch unterschiedliche Lieder vielleicht. Also sagen wir mal, wenn es jetzt extreme Traurigkeit ist oder so, dann/ Ja vielleicht

	einfach, dass man in diesem Schmerz Hoffnung sieht oder dass halt einmal Hoffnung gegeben wird. Oder halt gerade bei depressiven Sachen und bei Angst würde ich sagen eher so. #00:38:13-0#
75	I: (...) Hörst du mich noch? Ich höre dich nicht mehr. (...) Ah, bist du wieder da? #00:38:44-7#
76	B2: Jetzt höre ich dich grad nicht. Warte, jetzt. #00:38:48-6#
77	I: Okay. Also, ich höre dich gerade wieder. Kannst du mir mal wiederholen? Was bei Angst Trost wäre? #00:38:53-6#
78	B2: Also bei Angst habe ich jetzt festgestellt, etwas freudvollere Dinge. Also gibt es nicht irgendwie so ein deep Moment emotional irgendwas, sondern halt einfach wirklich dieses komplette Gegenteil, was für mich Freude ist. Und das ist für mich auch ein gewisser Trost, der einfach komplett anders aussieht. Genau. #00:39:19-7#
79	I: (...) Spannend. (...)
80	B2: Warte mal, hörst du mich? #00:39:29-7#
81	I: Ja, okay. Hm (überlegend). Ich bin gerade angetan von dieser Idee von zwei Arten von Trost. Ich frage mich nur, welche Frage ich noch zustellen kann. (...) Würdest du sagen, dass die Gründe, also die zum Beispiel Angst oder Traurigkeit, kommen die auch von unterschiedlichen Situationen her? Also zum Beispiel das eine dreht sich mehr um mich und das andere ist mehr in Beziehungen. Oder würdest du sagen, das kann man nicht sich nicht so festlegen? #00:40:15-6#
82	B2: (...) Man kann es glaube ich nicht so festlegen. Also ich glaube irgendwie bei Angst habe ich das jetzt öfter erlebt, dass es jetzt nicht unbedingt so Beziehungen waren, sondern irgendwelche Situationen oder irgendwelche Erlebnisse. Wo man dann halt sehr darauf fixiert war. Und genau diese Traurigkeit hatte, glaube ich irgendwie öfter auch was damit zu tun, dass vielleicht auf Beziehungsebene oder so irgendwas vielleicht nicht gut gegangen ist oder man sich dann deshalb alleine gefühlt hat und es einen extrem traurig gemacht hat. Genau. #00:40:57-7#
83	I: (...) Aber würdest du sagen, es gibt auch Situationen, wo die Traurigkeit eher auf einen selber bezogen ist und nicht zwischenmenschlich? #00:41:11-7#
84	B2: (...) Boah, das ist eine gute Frage. Ja, bestimmt. Mir fällt jetzt gerade nicht so spezifisch was ein. (...) Ja, wenn man vielleicht von sich selbst enttäuscht ist oder so, oder halt irgendwas. Aber das ist dann für mich auch meistens eher so eine Wut oder irgendwie so ein/ so anklagend gefühlt, selbst anklagend. Und das macht einen auch dann traurig, aber irgendwie/ Weiß ich nicht, jetzt die Emotionen so gut einzuordnen, dann in Trauer. Aber ja doch, könnte man bestimmt machen. Es gibt bestimmt auch. Habe ich bestimmt auch erlebt. #00:42:00-3#
85	I: Okay. (...) Also ich glaube, von meinen Fragen her war es das. Gibt es noch etwas, worüber wir nicht gesprochen haben, was dir im Zusammenhang von Musik und Trost wichtig wäre zu erwähnen? #00:42:16-0#

86	B2: (...) Also ich kann ja einfach mal versuchen, noch irgendwelche anderen Details oder so herauszugraben. Wenn es dir weiterhilft. #00:42:32-8#
87	I: Ja, gerne. #00:42:34-9#
88	B2: Also ich habe gemerkt, dass Ich glaube Ich da vielleicht auch ein Einzelfall bin. Aber in meinem Umfeld habe ich gesehen, dass Leute halt oftmals Musik wirklich als Quelle auch für weiß ich nicht hundert prozentige Begegnung mit Gott und so, was dann halt irgendwie alles fixt oder so, benutzt haben. Und es war halt bei mir gar nicht so, also auch mein Zugang zur Musik, glaube ich, ist einfach etwas anders. Also wie gesagt, ich kann nicht einfach nur Lobpreis hören im Hintergrund für zehn Stunden und es ermutigt mich jetzt krass. Weil ich halt/ weil Lobpreis für mich eine Sache ist, die mir auch sehr vertraut ist. Also die schon immer kenne ich, bin christlich aufgewachsen, aber ich weiß auch von Leuten, die sagen wir mal jetzt noch nicht so lange gerettet sind oder so, für die das irgendwie noch mal auch anders ist. So eine neue Sache irgendwie und die das auch richtig gerne als Genre mögen. Halt so dieses Hintergrund-Anbetungs-Lobpreis-Ding. Und genau, ich glaube, da bin ich einfach auch recht speziell. Und ja, aber für mich im Endeffekt ja ist die Musik im Zusammenhang mit dem Text. Immer nur so ein kleiner Moment oder so, der es mir halt einfach besser gehen lässt. Und es ist nicht, dass das Problem dadurch komplett gelöst ist, sondern einfach nur vielleicht. Ein kleines bisschen Besänftigung auf dem Weg zum. (...) Genau. Ja (…) Ansonsten glaube ich war es das auch von meiner Seite. Also achso, noch einen Gedanken vielleicht, weil ich nämlich jetzt auch immer mehr lerne, auch in den letzten Wochen, dass halt für mich Musik beziehungsweise auch Singen aktiv. Dass das für mich einfach auch eine , Ja, wie so eine Waffe ist dann halt in so Momenten, wo es wirklich sehr, sehr sehr herausfordernd ist und mir halt dann im Endeffekt. Auch wenn ich es gerade nicht fühle. Oder auch wenn ich mich jetzt nicht unbedingt davon getröstet fühle, dass sie halt langfristig einen Effekt hat, einfach diese Wahrheit auszusprechen, auszusingen, weil sich dann langfristig was tut in meinem Herzen. Und es ist halt dann so ein bisschen Disziplin, glaube ich, die dadurch ja, aber das hat dann auch eher was zu geistlichen Sachen zu tun. Ich weiß nicht, inwiefern das weiterhilft, aber genau ansonsten glaube ich, habe ich da jetzt nicht unbedingt weitere Gedanken zu. #00:45:44-1#
89	I: (...) Aber also nur zum Klarstellen. Das wäre dann so eine Sache von Perspektivwechsel. Dadurch, dass du das bewusst hörst, auch wenn du emotional dabei keinen Trost erlebst. #00:45:58-2#
90	B2: Richtig, dann langfristig. Noch habe ich die Seele jetzt nicht so ganz ergriffen, aber man macht weiter bis es passiert. Gerade wenn, das ist jetzt auch schon wieder so sehr christlich, aber genau einfach gerade mit dem Gedanken wenn ich jetzt die Wahrheit aussinge. Das Wort kommt nie leer zurück. Und genau langfristig muss es einen Unterschied machen, weil es einfach so ist. Und genau dann spielt man es vielleicht jetzt nicht direkt unbedingt, aber dann langfristige Frucht. #00:46:33-4#
91	I: (...) Okay. Vielen Dank dir für deine Zeit und die Einblicke. Das also ist jetzt erst das zweite Interview. Aber ich finde es immer super spannend zu hören und mitzubekommen. #00:46:54-6#
92	B2: Ja, sehr gerne. #00:46:57-3#
93	I: Please describe some situations and the reasons in which you have listened to christian pop music in order to be consoled.

94	B2: When I saw& heard weird things and was scared. Depression. Sadness. Not feeling confident
95	I: Could you define what solace is to you?
96	B2: Relief, hope, inner strength
97	I: How would you explain it to yourself why you were consoled?
98	B2: the lyrics, especially „As thousands Fall to my left and thenthousands on my right“
99	I: What do you know about the band?
100	B2: I don't know the artists that well