



*Von klackernden Nägeln und knisterndem Latex:
Über die Inszenierung der Sinne*

Fotografie: Linda Blendinger



In einem künstlerisch-wissenschaftlichen Austausch sprechen Anna Steward und Linda Blendinger mit Prof. Dr. Claus-Christian Carbon über das Phänomen ASMR und wie es im Spannungsfeld aus Intimität und Anonymität sowie Nähe und Distanz auf der Bühne und über den Bildschirm hinweg seine Wirkung entfaltet.

Anna Steward: Es freut mich, dass wir heute wieder aufeinandertreffen und unseren Austausch zu ASMR, den wir vor einiger Zeit schon bei Ihnen an der Universität Bamberg begonnen haben, fortsetzen können.

Claus-Christian Carbon: Ich erinnere mich gut an unser Gespräch. Mittlerweile habe ich viel über Ihr Projekt gehört. Daher wäre es nochmal interessant zu erfahren, wie Sie zu ASMR gekommen sind und welche Qualitäten Sie darin gesehen haben.

AS: Über Umwege bin ich auf ASMR gekommen. Ich habe erstmal formal nach einem Feld gesucht, das mir die Möglichkeit gibt, den Zusammenhang zwischen Visuellem und Auditivem auszuloten. Wie verhält sich Gehörtes und Gesehenes zueinander; inwieweit gehen die beiden Sinneswahrnehmungen miteinander einher? Zunächst habe ich mich mit Material befasst, also der Frage, wie ich visuell ansetzen kann. Ich bin von Körpern als Skulpturen oder auch Objekten in einem Raum ausgegangen und kam dann relativ schnell bei Materialrecherchen auf Schlafkissen. Das sind Kissen, die atmen. Sie geben den Menschen auf eine Weise psychologischen Halt – über eine sinnliche Ebene: man spürt es, man hört es, es ist ein Objekt...von dort kam ich dann auf ASMR. Ich bin mit Ihnen relativ schnell in Kontakt getreten, weil mir der wissenschaftliche Hintergrund wichtig war. Mit ASMR von Seiten der Anwendung habe ich keine Erfahrung gemacht, aber dazu kann Linda mehr sagen...

Linda Blendinger: Ich hatte einen recht klassischen Zugang zu ASMR: Ich konnte nicht gut einschlafen und habe dann durch YouTube gescrollt. Dort bin ich auf ein Video gestoßen, bei dem jemand mit langen Fingernägeln auf einem Glas rumgetippt hat. Als ich das zum ersten Mal gehört habe, benutzte ich auch Kopfhörer. Da war das Gefühl, dieses Kribbeln, am stärksten. Vor drei Jahren habe ich damit angefangen und ASMR ist seitdem ein fester Bestandteil meines Lebens. Es bringt mir im Alltag einfach sehr viel Entspannung, vor allem abends. Seit Sommer letzten Jahres arbeite ich bei LEONARDO als studentische Hilfskraft. Ich wurde gebeten, die Proben von *Sono* zu filmen. Vom Thema her hat es sehr gut gepasst, sodass ich tiefer eingestiegen bin. Wir haben so viel zusammengearbeitet und getüftelt, über Wochen hinweg. Es hat sehr viel Spaß gemacht, sich damit so intensiv auseinanderzusetzen – auf eine andere Art und Weise: Auf der einen Seite in der Live-Performance, aber andererseits auch durch die Arbeit mit der Kamera. Vorher war ich meistens Zuschauerin von ASMR-Videos; hier war ich zwar immer noch Zuschauerin, aber auch diejenige, die es gefilmt hat.

AS: Wie sind Sie denn dazu gekommen, zu ASMR zu forschen, Prof. Carbon?

In dem Projekt **Sono** befassen sich die Studentinnen mit dem körperlichen Phänomen ASMR (Autonomous Sensory Meridian Response), das durch seine mediale Verbreitung über soziale Netzwerke eine gesellschaftliche Relevanz entwickelt hat. Im Spannungsfeld aus Intimität und Anonymität, Eindringlichkeit und Entspannung, Nähe und Distanz entstehen Videos mit Fokus auf die sinnliche Wahrnehmbarkeit. Die Studentinnen eignen sich die akustischen und visuellen Mittel an, um mit den Wirkungsweisen auf der Bühne zu experimentieren. Verknüpft mit den Auswirkungen der Coronapandemie auf den Alltag, fließen ihre Recherchen in die performative Musikinszenierung ein.

seit April 2019

AdBK **Anna Steward**
Klasse für Freie Kunst & Kunstpädagogik

HfM **Lisa Eisenreich**
Künstlerisches Gesangsstudium

Alina König Rannenberg
Künstlerisches Gesangsstudium

THN **Linda Blendinger**
B.A. Technikjournalismus/ Technik-PR

Kooperationspartner
Kulturforum Fürth

Gast
Prof. Dr. Claus-Christian Carbon (Lehrstuhl für Allgemeine Psychologie und Methodologie, Otto-Friedrich-Universität Bamberg)

CCC: Also, ich bin tatsächlich über ein Kunstprojekt darauf gekommen, vor vielen Jahren. Ich arbeite als wissenschaftlicher Berater bei einem Kunstfilm-Projekt, in dem es darum geht, die Malweise des niederländischen Künstlers Johannes Vermeer zu verstehen. Johannes Vermeer hat sehr lange Zeit darauf verwendet, ein Bild zu malen. Man hat nicht verstanden, warum er ein halbes Jahr für ein einziges Gemälde benötigt hat. Ein Grund könnte sein, dass er eine spezielle Maltechnik unter Einsatz eines Spiegels nutzte – in dem Versuch, die Wirklichkeit perfekt abzubilden. Während dieser Produktion hat mich die Co-Produzentin irgendwann gefragt: „Mensch – Wahrnehmung, sag mal, du arbeitest doch in der Wahrnehmungspsychologie, was hältst du eigentlich von ASMR?“ Das war zu einer Zeit, in der ASMR noch kein Thema in der öffentlichen Debatte war. Mich hat das Thema von Anfang an sehr fasziniert, weil ich nicht alles davon direkt verstanden habe. Psychologen müssen versuchen, ein solches Massenphänomen zu durchdringen, um beispielsweise auch Risiken, Auswirkungen und Langzeitfolgen abzuklären. Deshalb sollte man es auch wissenschaftlich angehen, um es eben nicht dem Halbwissen zu überlassen. ASMR ist ein sehr stark ästhetisierter Reiz und daher eine Herausforderung für die Wissenschaft, weil er nicht statisch ist, sondern sich dynamisch entwickelt. Das hat mich und meinen Forschergeist herausgefordert.

AS: Bei der Entwicklung des Stücks war mir sehr wichtig, dass man dieses Phänomen nicht nur im ästhetischen Sinn nutzt oder benutzt. Klar, im Theater spielen immer Emotionen eine Rolle, aber deswegen habe ich auch Momente eingebaut, die das Publikum aus dem Erlebten herausreißen und es zurücktreten lassen. Mit wissenschaftlichen Erläuterungen wollte ich ein Bewusstsein für die Vorgänge auf der Bühne schaffen: „Leute, das, was ihr gerade spürt, das ist ASMR und das wird so und so produziert und es macht das und das mit euch.“

LB: Wir hatten auch großen Wert auf die technische Ausstattung gelegt. Mit der Hochschule für Musik Nürnberg und dem Kulturforum Fürth als Kooperationspartner unterstützten uns da auch Expert*innen. Durch die sensiblen Geräte werden Geräusche aufgenommen und verstärkt, die für das menschliche Ohr zum Teil nicht wahrnehmbar sind. Wie würden Sie das einschätzen; welche Bedeutung kommt der Technik zu?

CCC: Das menschliche Ohr kann vielleicht sogar noch viel mehr hören – da würde ich Ihnen widersprechen, Linda. Aber normalerweise filtert es das raus. Hier sind die Töne in einer so hohen Qualität tatsächlich hervorgehoben, dass es zu einem neuen ästhetischen Erlebnis wird.

Deswegen ist die Technik enorm wichtig. Durch binaurale Aufnahmegeräte anstatt normaler Mikrofone und Stereoaufnahmen kann man tatsächlich – wie vorhin Linda beschrieben hat – mit den Kopfhörern eine dreidimensionale Immersion erleben. Man bekommt das Gefühl, jemand ist ganz nah. Intimität wird aufgebaut durch den Eintritt in den persönlichen Raum im psychologischen Sinn. Der intime Raum beginnt eben da, wo man normalerweise jemand Fremden abweisen würde. Da spielen natürlich auch kulturelle und persönliche Faktoren mit rein. Aber hier liegt genau der Reiz: Dass man die unmittelbare Nähe zu dieser Person, fast schon den Atem spüren kann.

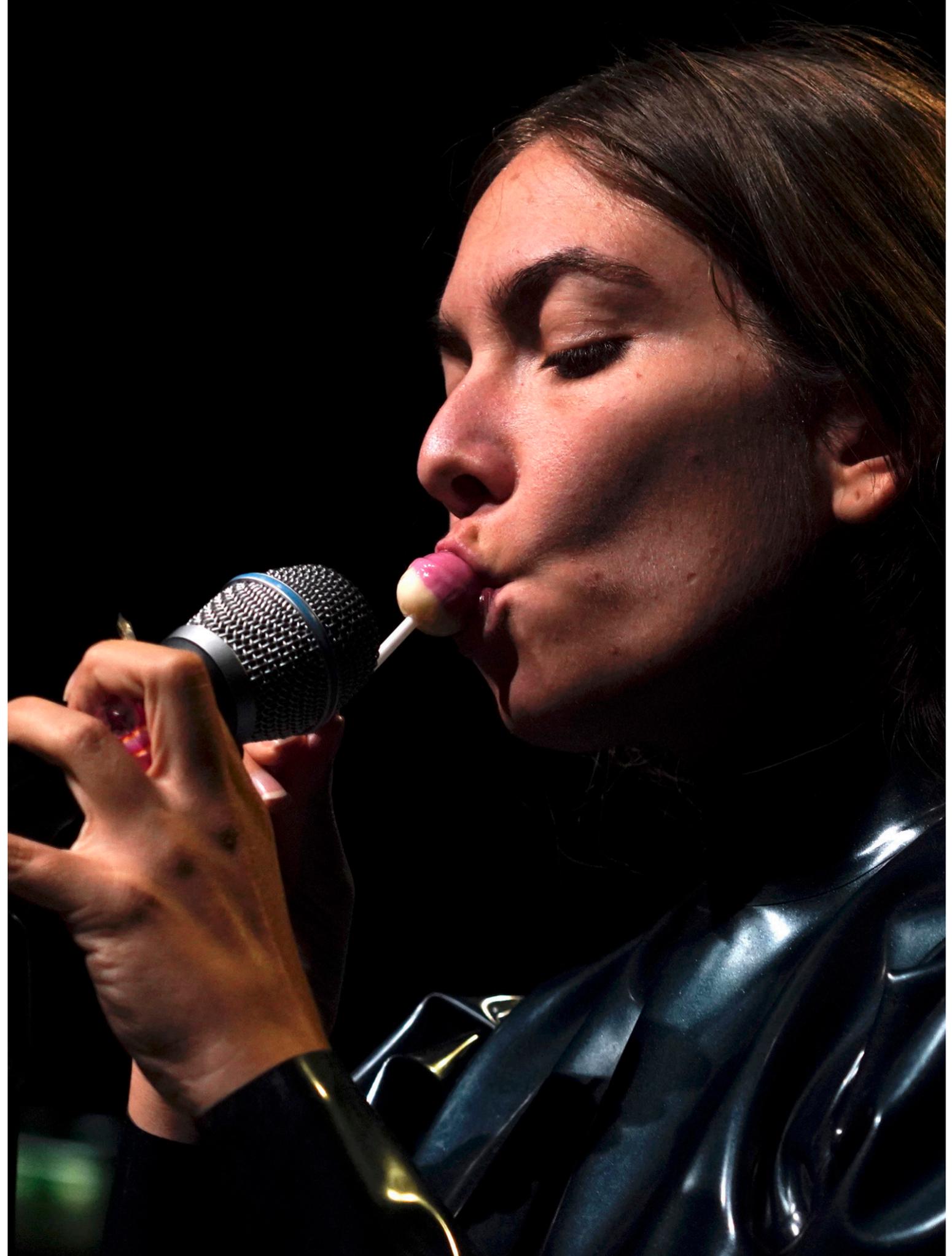
AS: Bei der Aufführung im Kulturforum Fürth haben wir normale Mikrofone genutzt. Ein ganz interessanter Effekt dabei war die Mischung zwischen dem Livesound der Bühne und dem verstärkten Sound der Boxen. Wir haben uns dazu entschieden, Operngesang in die Aufführung zu integrieren, da man ASMR mit Operngesang brechen, diese Ausschläge verstärken und damit spielen kann. Für die Sängerinnen war es sehr schwierig, leise zu singen.

CCC: In ASMR-Videos wird oft ein Arousal im negativen Sinne erzeugt – es kommen Thrills und Chills zum Einsatz, die meist beim ersten Wahrnehmen als nicht angenehm empfunden werden, durch Wiederholung aber in eine Habituation kommen. Die Habituation erleichtert es, sich langsam daran zu gewöhnen und sie als interessant empfinden zu können. Es ist eine sehr differenzierte Art von Interessant: Ich würde sogar fast sagen eine interessenslose Interessantheit, in der Weise, dass ich dran bleibe, es aber nicht spannend finde.

Auch bei der Doppelarie in Ihrem Stück tritt der Effekt des Arousal auf. Man gewöhnt sich an den Gesang, der immer ruhiger, verständlicher, klarer wird – und dann kommt plötzlich der Cut: die Sprechstimme. Es ist eine andere Modalität, die an dieser Stelle nicht zu erwarten war. In der Psychologie würde man von einem „Odd-Ball“ sprechen: Wir sind darauf geeicht,

ASMR ist ein sehr stark ästhetisierter Reiz und daher eine Herausforderung für die Wissenschaft, weil er nicht statisch ist, sondern sich dynamisch entwickelt. Das hat mich und meinen Forschergeist herausgefordert.

Prof. Dr. Claus-Christian Carbon







Ich werde oft gefragt: „Ist ASMR nicht einfach Pornografie, ist es Erotik?“ Ich antworte dann, dass bei ASMR automatisch eine sehr sinnliche Note mitschwingt, denn ASMR spielt mit Intimität.

Prof. Dr. Claus-Christian Carbon

dass wir ein Geräusch, das sich immer wieder sehr ähnlich und rhythmisch wiederholt, irgendwann herausrechnen. Wie ein Grundrauschen, wie das Meer: Das hört man auch irgendwann nicht mehr – außer, Sie achten darauf, ganz gezielt.

AS: Ein anderes Thema, das sich bei der Auseinandersetzung mit ASMR aufdrängt, ist der Bereich der Erotik und des Fetischs. Bei *Sono* haben wir mit diesen Aspekten gespielt, z.B. durch die Latexkostüme, die in der Fetischszene verankert sind.

CCC: Ich werde oft gefragt: „Ist ASMR nicht einfach Pornografie, ist es Erotik?“ Ich antworte dann, dass bei ASMR automatisch eine sehr sinnliche Note mitschwingt, denn ASMR spielt mit Intimität. Unsere evolutionären Programme sind so eingestellt, dass, sobald ein Mensch anfängt zu flüstern und nahekommt – auch wenn es nur gestellt ist –, ein besonderes Gefühl entsteht. Man tritt in eine Situation ein, die intimer und näher ist als bei einer normalen Kommunikation. Die Sinnesreize werden stark ästhetisiert und in ihrer Wirkung erhöht. Akustische Signale, die normalerweise im Hintergrund stehen, geraten in den Vordergrund, sodass das Gehirn körperliche Nähe interpretiert.

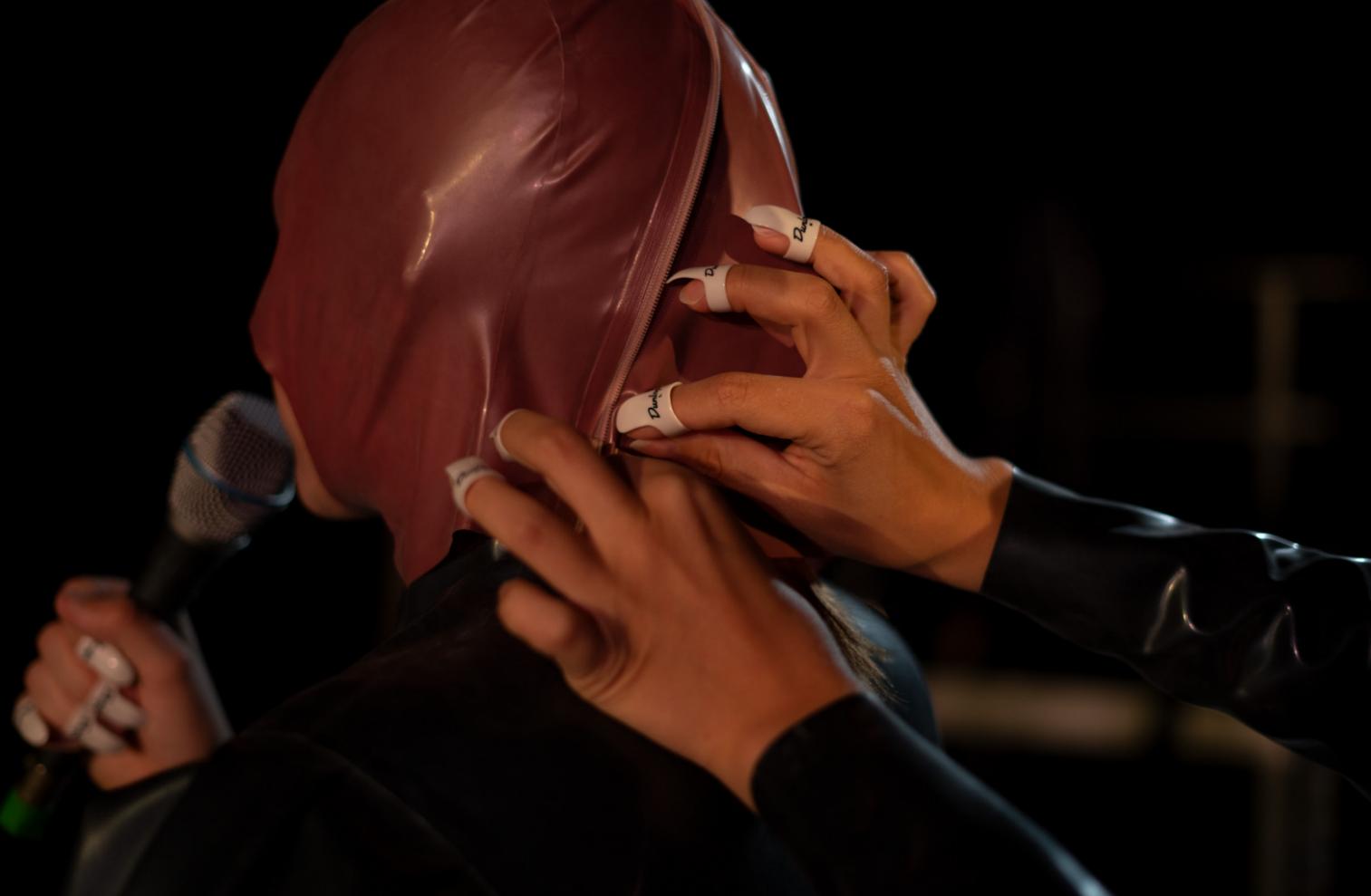
AS: In der Inszenierung war keine offene Sexualität zu sehen, aber die Sinnlichkeit und Form der Erotik, von der Sie sprechen. Wichtig waren uns auch hier die Brüche. Das Lied „Sexual Healing“ vermischt sich mit der Zubereitung eines Hummers – die unterschiedlichen Stränge werden immer wieder gebrochen und auch mit Humor und Absurdität

konterkariert. Erotik ist auch nicht gleich Erotik, da geht es ja auch teilweise um Macht oder Ohnmacht, um Freiheit, um Autoerotik, um überhaupt das Annehmen eines Körpers – da gibt es so viele verschiedene Facetten.

CCC: Deswegen habe ich das natürlich auch gegen Pornografie abgegrenzt, auch wenn die Übergänge fließend sind. Erotik geht mit einer Sinnlichkeit und Subtilität einher, Pornografie hingegen ist mit substantziellen, sexuellen Handlungen verbunden. Auch beim Begriff des Fetischs muss differenziert werden. Fetisch bedeutet eine Fokussierung auf etwas, das normalerweise dem Alltagsverständnis nicht entspricht. Also wenn etwas extrem inszeniert wird, sei es das Essen oder die Haarbürste oder eben das Klappern am Glas, kann man durchaus von einer anfänglichen Fetischisierung sprechen.

AS: Ich finde die Brücke ganz interessant, die im Bereich der Sinnlichkeit bei ASMR geschlagen wird: Auf der einen Seite steht die Erotik und Sexualität, auf der anderen Seite die Kindheit, dieses Behütet- und Betüdelte sein, Gewickelt- und Gepudertwerden. Das geht in zwei komplett unterschiedliche Richtungen, wobei sie nach Freud gar nicht so unterschiedlich





Es gibt im Stück einen Erzählrahmen, eine Stimme aus dem Off, die im Lockdown-Koller mit den eigenen Ängsten konfrontiert ist. In den eigenen vier Wänden ist man seinen Gefühlen ausgeliefert; der einzige Kontakt nach außen ist über einen zweidimensionalen, unsinnlichen Bildschirm.

Anna Steward

sind. Die Gesten der Sinnlichkeit und Fürsorge übertragen sich auf das Publikum, was durch die beiden Sängerinnen versinnbildlicht wird: Sie vollziehen die Choreografien in ihren identischen Kostümen synchron – sie spiegeln sich also gegenseitig. Der Gedanke dahinter sind die Spiegelneuronen.

CCC: Wenn man sich gut beobachtet, erkennt man, dass man viel reflexiv erlebt. Die Spiegelneuronen sind die neuronale Struktur, die das ermöglicht. Empathie ist ein höherer kognitiver Prozess, der darauf aufbaut, dass man sich auch einfühlt. Man erlebt nicht nur etwas mit, sondern ist auch Teil dieser Person. Das spannt eine interessante Brücke zur Erotik und zum Gefühl der Geborgenheit, was sich in keinsten Weise ausschließt. Wie Spiegelneuronen wirken, lässt sich an ein paar Beispielen gut erkennen. Wenn wir etwas beobachten oder hören, setzt der Mechanismus der Reflexion ein – wir erleben am eigenen Körper, was mit der Handlung einhergeht. Wenn wir beispielsweise jemanden genussvoll eine Schokocreme essen sehen und hören, dann passiert es häufig, dass nicht nur der Speichelfluss einsetzt, sondern auch ein Hungergefühl aufkommt und wir sogar anfangen, tatsächlich die Textur der Creme zu spüren. In einer Werbung für ein Möbelhaus streicht eine Person über das Bett, die Polster, die Möbel. Die Fingerspitzen beginnen zu kribbeln – das Gehirn reagiert auf die Inszenierung der Sinnesreize, was wir in der psychologischen Forschung unter dem Begriff der multisensorischen Integration untersuchen.

LB: Das ist wirklich faszinierend. Wenn man zum Beispiel in einem ASMR-Video sieht, wie jemandem über die Haare gestrichen wird, kribbelt es plötzlich genau an der Stelle bei einem selbst.

CCC: Und das ist wiederum eben sehr intim – und auch sehr wohltuend. Das kann man zu unserer Kultur und unserem Zeitgeist in Bezug setzen: Wir haben einiges stark zurückgedrängt, wie z.B. dass wir Dinge, Menschen und uns auch selbst sinnlich, auch haptisch wahrnehmen.

LB: Ich finde auch sehr interessant, wie durch die ASMR-Videos bei einigen Leuten das Vorurteil entsteht, dass es sich dabei um Pornografie handelt. Aber wenn man sich ein bisschen mehr damit be-

fasst, ist es eigentlich eine Entsexualisierung von Nähe und Intimität – Nähe und Intimität muss nicht gleich Sex bedeuten.

CCC: Es ist auf jeden Fall eine sinnliche Aufladung. Durch solche Medien wird man sich seiner eigenen Wahrnehmung bewusster – man wird achtsamer und geht manches langsamer, ruhiger, kontemplativer an. Wir sind getrimmt auf schnelle, effiziente Verarbeitung von Reizen. Unsere Forschung im Bereich der Wahrnehmungspsychologie belegt, dass Kunst es schafft, uns herauszufordern und unsere Wahrnehmungsschemata zu hinterfragen. Die Wahrnehmung wird reflektiert, neu bewertet und vielleicht auch verstanden. Auch über ASMR entwickelt sich eine Empfänglichkeit für die unterschiedlichen Schichten und Ebenen der Wahrnehmung.

AS: Die Wahrnehmung auf unsere Welt hat sich auch durch die Coronapandemie stark verändert. Als wir mit der Planung unseres Stücks begonnen haben, gab es das Virus noch nicht. Mit der Ausbreitung des Virus wollten wir das Stück adaptieren. Das hat sich angeboten, da sich die Auswirkungen der Pandemie in einem ähnlichen Spannungsfeld zwischen digitaler Nähe und effektiver Distanz bewegen wie ASMR-Videos. Atmosphärisch hat das Stück auch mit Emotionen wie Depression, Angst und Einsamkeit gespielt – also auch dieses Gefangensein im eigenen Kopf. Es gibt im Stück einen Erzählrahmen, eine Stimme aus dem Off, die im Lockdown-Koller mit den eigenen Ängsten konfrontiert ist. In den eigenen vier Wänden ist man seinen Gefühlen ausgeliefert; der einzige Kontakt nach außen ist über einen zweidimensionalen, unsinnlichen Bildschirm. Im Stück bilden die beiden Performerinnen die Gegenparts zu der eigenen Stimme im Kopf – sie diskutieren mit der eigenen – ja vielleicht gespaltenen Persönlichkeit. Von daher denke ich, dass Corona und ASMR sich zu einem Stück zusammenfügen. Natürlich stellt sich da die Frage: Kann ASMR in der Krise nochmal eine andere Rolle spielen? Kann es therapeutische Zwecke erfüllen – in dem Sinne, dass man gegen die Vereinsamung und gegen diesen unsinnlichen Alltag angehen kann?

CCC: Gegen den unsinnlichen Alltag anzukämpfen, dafür eignen sich ASMR-Videos auf alle Fälle, vor allem in Zeiten, wenn man alleine und isoliert ist, z.B. auf einer Reise oder auch jetzt im Lockdown. Es sollte nur nicht zu einer Flucht in eine andere Welt werden. Es gibt relativ einfache Warnsignale, nämlich dann, wenn der übliche Alltag darunter leidet und soziale Kontakte eingeschränkt werden oder wenn man ein gewisses Suchtpotential und eine Routine entwickelt, die nicht mehr durchbrochen werden können. ASMR kann therapeutisches Arbeiten unterstützen, aber dafür müssen wir die ASMR-Videos genau kennen. Deswegen würde ich immer eine gewisse Vorsicht bei einer grundsätzlichen Offenheit walten lassen. Dass wir Sinnlichkeit wieder mehr kultivieren und uns dafür Zeit nehmen, ist sehr wichtig – ASMR ist eine Möglichkeit, sich dieser Sensibilisierung anzunähern.

Ausschnitt einer Aufführung
von Sono im Kulturforum Fürth

