

Universität für Musik und darstellende Kunst Wien
Österreichische Gesellschaft für Musik und Medizin

Gesund Musizieren

Wissenschaftliche Tagung mit praxisorientierten Workshops

Fr. 22. und Sa. 23. März 2013

Schwerpunkte :

Leistungsoptimierung

Stressbewältigung

Präventive Maßnahmen

Tagungsbericht

Ort: Universität für Musik und darstellende Kunst Wien

1030 Wien, A.-v.-Webern-Platz 1

ÖGfMM

Österreichische Gesellschaft
für Musik und Medizin

INSTITUT
m3m
MUSIK- UND
BEWEGUNGSERZIEHUNG
SOWIE MUSIKTHERAPIE

mw
universität
für musik und
darstellende
kunst wien

Veranstalter

Abteilung für Integrative Atem-, Stimm- und Bewegungsschulung
des Instituts für Musik- und Bewegungserziehung
sowie Musiktherapie an der
Universität für Musik und darstellende Kunst Wien

Univ.-Prof. Dipl.-Rhyth. Angelika Hauser-Dellefant
(Institutsvorständin)

OA Dr. med. Bernhard Riebl
(Abteilungsleiter)

Mieke Stoel
(Stv. Abteilungsleiterin)

www.MusikUndGesundheit.at

in Kooperation mit der

Österreichischen Gesellschaft für Musik und Medizin

Ao. Univ.-Prof. Mag. Dr. Matthias Bertsch (Präsident)
Ao. Univ.-Prof. Dr. med. Berit Schneider-Stickler (Stv. Präsidentin)
Dr. med. Michael Peschka (Generalsekretär)
Ao. Univ.-Prof. Dr. Günther Bernatzky (AG Musikwirkung)
OA Dr. med. Bernhard Riebl (AG Musikermedizin)
Dr. med. Karl Böhm (AG Prävention von Musikererkrankungen)
Ao. Univ.-Prof. Dr. med. Bernhard Voller (AG Wissenschaft und Forschung)
Mieke Stoel (AG Lehre und Ausbildung)
Mag. Thomas Biegl (AG Musikpsychologie)

www.OeGfMM.at

Tagungsbüro

Mag. Sabine Skopal
Universität für Musik und darstellende Kunst Wien
Anton-von-Webern-Platz 1
A-1030 Wien

Email: OeGfMM-Tagung@gmx.at
Tel.: 0820 220 269 044

Impressum

Herausgeber: Prof. Dr. Matthias Bertsch
© Wien: ÖGfMM-MBM, März 2013
Österreichische Gesellschaft für Musik und Medizin | ÖGfMM (ZVR: 545147930)
Institut für Musik- und Bewegungserziehung sowie Musiktherapie | MBM

Lektorat: Mag. Sabine Skopal
Satz & Layout: Auguste von Herzberg
Druck: onlineprinters.at

Sehr geschätztes Tagungspublikum, liebe Kolleginnen und Kollegen,

Gesund Musizieren: Das Thema unserer Tagung ist aktuell, wahrscheinlich aktueller denn je – leider!

Die Leistungsanforderungen an professionelle MusikerInnen steigen in allen Sparten. Immer mehr Studien belegen die bereits sehr frühen hohen Anforderung und Belastungen von MusikerInnen in der Ausbildung und die daraus entstehende Notwendigkeit, entsprechende Copingstrategien für Körper und Geist zu entwickeln.

„Gesund Musizieren“ beginnt bei den ersten eigenen Tönen, welche man mit unkontrollierter Freude einfach erzeugt. Die Kunst liegt im Erhalt von Freude und Gesundheit über viele Stationen des Musikerlebens hinweg: Beim Üben, Aufnahmeprüfungen, Klassenabenden, Konzerten, Tourneen, bis hin zu Probespielen und Wettbewerben.

Zentrales Thema dieser Tagung ist die Unterstützung von MusikerInnen auf diesem Weg. Dazu gehören die „klassischen“ Ansätze der Musikermedizin, die Erweiterung der Kenntnisse über die musikspezifischen Krankheitsbilder und Problemsituationen; der Spruch „Man erkennt nur, was man kennt“ hat für Ärzte und Therapeuten ebenso wie für ausübende MusikerInnen und LehrerInnen volle Gültigkeit. So werden in diesbezüglichen Beiträgen viele musikermedizinische Fragestellungen beleuchtet und diskutiert. Häufig wird man der Frage begegnen, wie man vorbeugen kann, ebenso aber auch der Frage, wie früh in der Ausbildung ebendieses Vorbeugen ansetzen kann und muss.

Als wichtige Voraussetzung für ein freies, überzeugendes und „gesundes“ Spiel ist der gelungene Umgang mit Stressbelastungen und anderen typischen psychischen Hemmnissen in der Musikausübung zu sehen. Gerade hier gibt es eine große Zahl an Copingstrategien, die trotz (in Studien nachgewiesenen) enorm hohen Bedarfs unter Musikern immer noch zu wenig Anwendung finden. Neben Vorträgen mit dieser Thematik stellt diese Veranstaltung Ihnen in kurzen Workshops viele dieser psychologischen oder mentalen Techniken und Körperarbeitsmethoden vor, die vorbeugend oder bis zu einem gewissen Maß therapierend helfen können.

Die Antwort von Friedrich Gulda auf die Frage nach seiner Klaviertechnik war: „Ich lass es halt rennen!“ Die Botschaft für uns vielleicht nicht so genial Begabte: „Bau ab, was Dich hemmt!“ Dies schließt ei-

nerseits an die obigen Gedanken an, andererseits wirft es die Frage nach sonstigen Behinderungen unseres Musizierens und deren Lösungsmöglichkeiten auf. Hier geht es um ergonomische Aspekte und musikphysiologische Fragestellungen, welche Bewegungsabläufe analysieren; als Ergebnis ist die Grundlage für eine Förderung der Ökonomie beim Spielen und damit einer Leistungsoptimierung zu erhoffen. Dass sich hier viele Konsequenzen für die Didaktik ergeben können, liegt auf der Hand.

Die faszinierenden Wirkungen, welche die erklingende Musik auf die ZuhörerInnen, insbesondere auch auf erkrankte Menschen haben kann, lenken die Thematik „Gesund Musizieren“ in eine weitere Richtung.

Wir wollen mit dieser Veranstaltung einen weiteren Schritt in die Richtung „Gesund Musizieren“ anregen. Zum Einen im Austausch der Experten, die sich mit dem Thema im wissenschaftlichen, medizinischen oder therapeutischen Bereich auseinandersetzen, zum Anderen durch die Vermittlung an MusikerInnen und MusikpädagogInnen, damit sich präventive Maßnahmen, Stressbewältigung und Leistungsoptimierung in der täglichen Spielpraxis und im Unterricht noch tiefer verankern.

Wir hoffen den Besuchern der Veranstaltung und den Lesern des Tagungsberichtes interessante Anregungen zu bieten – und uns allen den Optimismus und das Engagement, gemeinsam zur Verbesserung der MusikerInnengesundheit beizutragen.

OA Dr. med. Bernhard Riebl

Leiter der Abteilung für Integrative Atem-, Stimm- und Bewegungsschulung (MusikundGesundheit.at)

Ao. Univ.-Prof. Dr. Matthias Bertsch

Präsident der Österreichischen Gesellschaft für Musik und Medizin



Die Österreichische Gesellschaft für Musik und Medizin

Die Österreichische Gesellschaft für Musik und Medizin (Musikermedizin, Musikphysiologie, Musikpsychologie) (ÖGfMM) bezweckt die Förderung der Wissenschaft, Forschung, Lehre und Vernetzung im Kontext der interdisziplinären Interessensgebiete der Fachbereiche: Musik, Medizin, Physiologie und Psychologie unter besonderer Berücksichtigung der Hilfestellung für physische und psychische Erkrankungen von Musikern. Dies schließt die Verbesserung präventiver, diagnostischer und therapeutischer Maßnahmen mit ein.

Betont wird hierbei die interdisziplinäre Zusammenarbeit derer, die an der Ausbildung und Berufsbegleitung von MusikerInnen beteiligt sind, wie Instrumental- und GesangspädagogInnen, ArbeitswissenschaftlerInnen, NaturwissenschaftlerInnen, Instrumentenherstellern, ÄrztInnen, ZahnärztInnen, PhysiotherapeutInnen und verwandte Bereiche des gehobenen medizinisch-technischen Fachdienstes, Sport- und MusikwissenschaftlerInnen, MusikpsychologInnen, Alexander-LehrerInnen, Feldenkrais-PädagogInnen, MusiktherapeutInnen, ErgotherapeutInnen und VermittlerInnen anderer ähnlicher Therapieformen.

Die Zusammenarbeit mit musikalischen Aufführungsstätten, Berufsorchestern und musikalischen Ausbildungsinstitutionen (Musikschulen, Konservatorien, Musikuniversitäten etc.) soll etabliert und vertieft werden. Andere darstellende KünstlerInnen und ihre Institutionen sollen hierbei ebenfalls Berücksichtigung finden.

Die Ziele der Gesellschaft sind insbesondere die Veröffentlichung fachspezifischer Informationsquellen für MusikerInnen sowie die Abhaltung fachlicher Arbeitskreise und wissenschaftlicher Veranstaltungen. Die ÖGfMM verfolgt ausschließlich gemeinnützige Zwecke und ihre Tätigkeit ist nicht auf Gewinn ausgerichtet.

Musikermedizin, Musikphysiologie, Musikpsychologie

Die Abteilung für Integrative Atem-, Stimm- und Bewegungsschulung

des Instituts für Musik- und Bewegungserziehung sowie Musiktherapie an der Universität für Musik und darstellende Kunst Wien bietet ein vielfältiges Angebot an Lehrveranstaltungen im Bereich Atem- und Körperarbeit, Wahrnehmungs- und Bewegungsschulung, Stimmentwicklung, Konzentrationspraxis und Entspannungstechniken sowie musikphysiologische Forschungsmöglichkeiten für InstrumentalistInnen, SängerInnen und PädagogInnen, die im Übe- und Studienalltag, aber auch bei Prüfungen und Wettbewerben frei musizieren wollen!

Atem • Stimme • Bewegung • Entspannung • Konzentration • Training • Prophylaxe • Forschung

AbteilungsmitarbeiterInnen:

Univ.-Prof. Dr. Gertraud Berka-Schmid
Mag. Rita Kautschitz
Andrea Meixner
Mag. Sabine Skopal

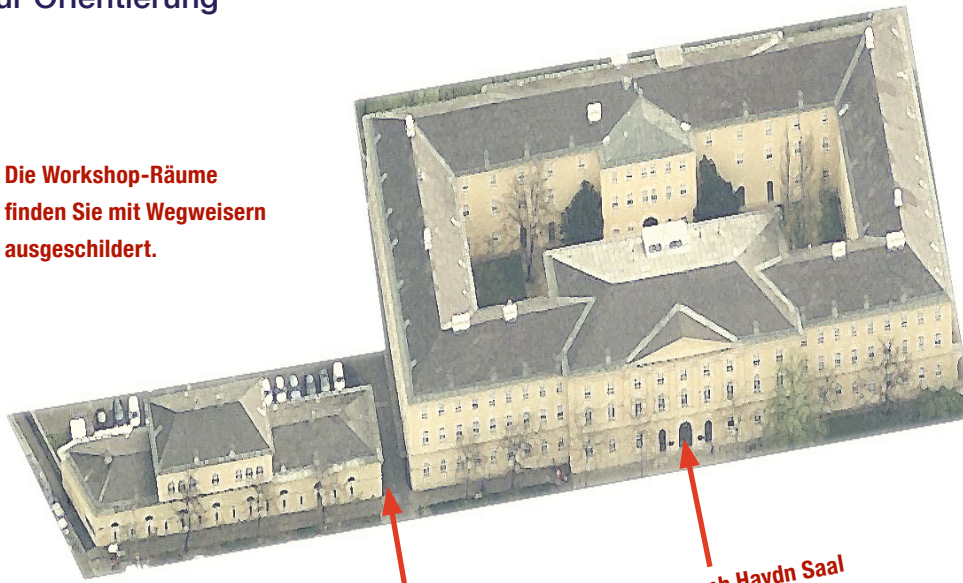
Dr. Bernhard Riebl (Leitung)

Ao. Univ.-Prof. Dr. Matthias Bertsch
Coretta Kurth
Hedi Milek
Mieke Maria Stöel

MMag. Sabine Günther
Johann Leutgeb
Christine Sixthofer
Dr. Monika Weis-Danhofer

Zur Orientierung

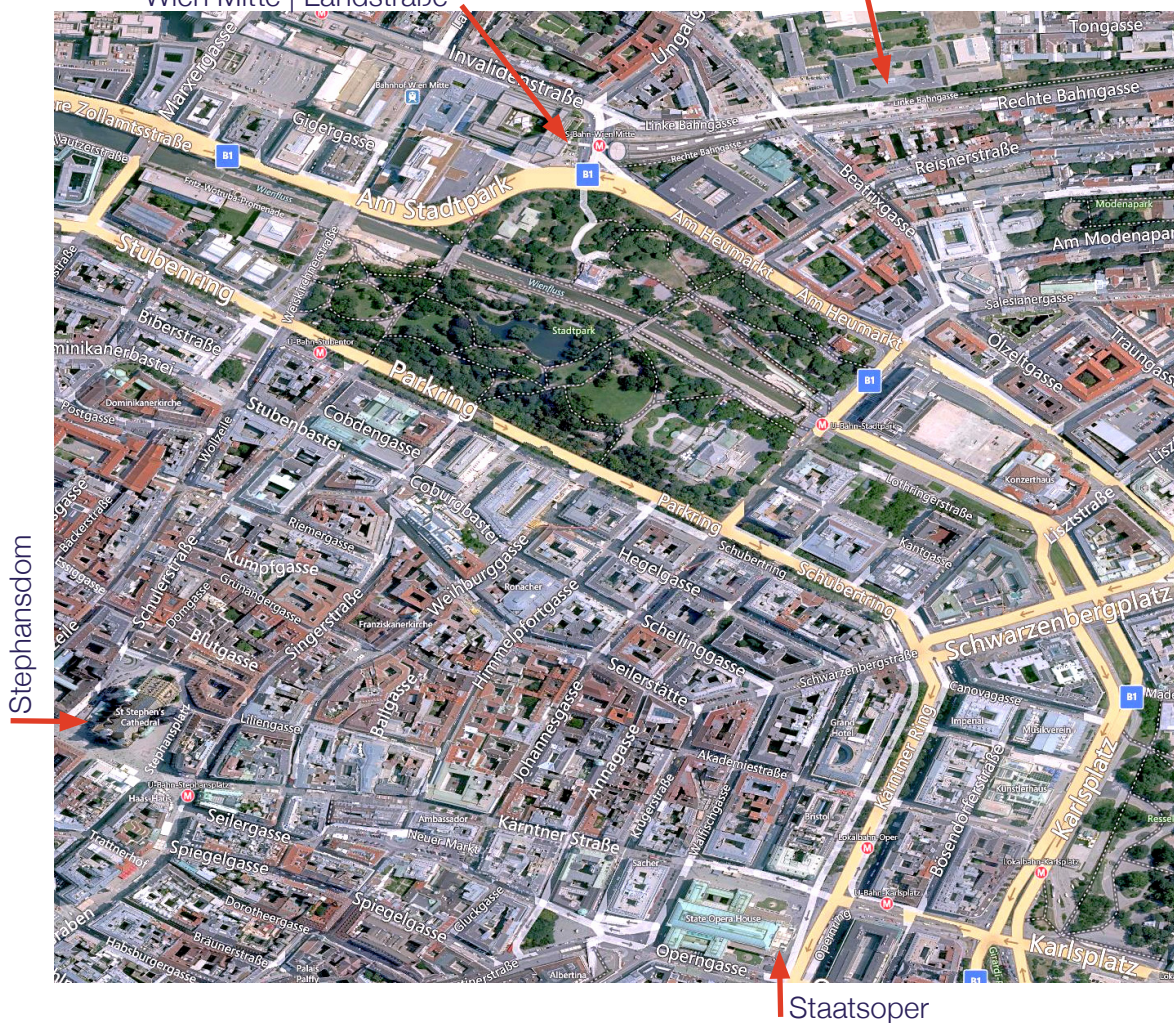
Die Workshop-Räume
finden Sie mit Wegweisern
ausgeschildert.



Anton-von-Webern-Platz 1
Linkes Nebengebäude 1. Stock (E)
IKM: Eingang Toreinfahrt links

Joseph Haydn Saal
Haupteingang
Anton-von-Webern-Platz 1
1. Stock - vorderes Hauptgebäude (A)
Universität für Musik
und darstellende Kunst Wien

Wien Mitte | Landstraße



Stephansdom

Staatsoper

INHALT

1: Vorworte zur Tagung

2: Impressum

3: Orientierungshinweise

7: Geleitworte

Vorträge Freitag

8: Internistische Aspekte in der Musikermedizin

9: Die Verbreitung körperlicher Beschwerden bei professionellen OrchestermusikerInnen in verschiedenen Lebensaltern

10: Berufsbedingte Schmerzen bei MusikerInnen - Symptome und Therapie

11: Die Rolle der Faszien in der MusikerInnenbehandlung

12: Entwicklung eines standardisierten Erhebungsinstruments zur Erfassung von musikerassoziierten Erkrankungen

13: Bühnenangst – aus idiolektischer Sicht

14: Prävention von Blaulichtschäden bei MusikerInnen – photobiologische Sicherheit von Scheinwerfern

15: Analogien zwischen Mund- und Stimmlippen: ‚The vibrating siblings‘

16: Tinnitus - Das Phantomgeräusch im Kopf und was Sie dagegen tun können

17: Beethovens Erbe – Grundlegende Überlegungen zur Hörminderung bei Musikern

18: Akustische Untersuchung von MusikerInnen-Gehörschutz

19: Alter(n) und Musizieren: der musikermedizinische Blick

Workshops Freitag

20: Hypnose zur Stressbewältigung

21: Wie lese ich ein Audiogramm?

22: Yoga für MusikerInnen und WissenschaftlerInnen

23: Ready for concert! Warming up

24: Atem- und Körperschulung

25: Mein Angstmonster, Feind - oder Freund ?

26: Durchlässigkeit von Anfang an! Eutonie Gerda Alexander ©

27: Lu Jong - Tibetisches Heilyoga

Vorträge Freitag (ff)

28: Mit Bewegungsanalyse zur Virtuosität? Die Möglichkeiten moderner Motion-Capture-Technologie für effizientere Klaviertechnik

29: Umgang mit Fehlern beim Musizieren und Unterrichten

30: Was kann man aus der Musikersprechstunde des INAP/O Osnabrück lernen?

31: Schmerzen beim Üben und Musizieren bei Kindern und Jugendlichen

Poster | Kurzvorträge

32: Zum Zungenstoß auf Blechblasinstrumenten

33: Diagnostic Ultrasound of the Glenohumeral Joint and its Field of Application within the Physiotherapeutic Diagnostic and Treatment of Musicians

34: Zwischen Denken und Fühlen

35: Auftrittsangst unter Musikstudierenden: Studien zu Verbreitung, Einflussfaktoren und Interventionsmöglichkeiten

36: Dynamische Integration (DYNINTEGRA®), sensomotorische Bewegungslehre für den Musikunterricht

37: Zeit und Raum zum Aufhorchen: Ich höre also sing ich

38: Nervenkompressionssyndrome der oberen Extremität bei MusikerInnen

39: Psychophysiologische Reaktionen auf den gezielten Einsatz von Musik zur Schmerzreduktion nach luxierter Schambeinastfraktur bei multiplem Myelom

40: Manipulation der auditiv-sensomotorischen Kopplung mit einem elektronischen Klavier in der Rehabilitation bei Patienten nach Schlaganfall

41: Slacklinetraining to improve sensorimotor skills in musicians - A pilotstudy

42: Musician's Embouchure: Improvement - Optimization & Restoration

43: The influence of the mastication organ on the locomotion system

44: Spektralanalyse in der Musik und ihre Auswirkungen in Musiktherapiestudien (Therapie durch Musik)

45: Physiologische Anforderungen des Violinspiels - Eine systematische Literaturrecherche

46: Zürcher Zentrum Musikerhand (ZZM) im Aufbau - Hände verstehen, Instrumentalspiel erleichtern

47: Einführung eines musikphysiologischen Lehrangebots am Vorarlberger Landeskonservatorium Feldkirch

48: The Pilates method in professional dance – a physiotherapeutical analysis

49: Entwicklung eines Betrieblichen Gesundheitsmanagements (BGM) in der Philharmonia Zürich

50: Work-related musculoskeletal disorders among string players - questionnaire results

51: Wärmekamerastudie zur Muskelaktivität beim Spiel asymmetrischer Instrumente

52: Abstracts Musicosophia – Musik bewusst hören

53: Die Rolle der Lautstärke bei Gänsehaut-Effekten durch Musikhören

54: Lola, das kleine Cello

55: Kreativität und Motivation: Ansätze für den Orchesterbereich?

56: Focal Dystonia: Diagnosis and Treatment from a physiotherapeutic point of view: a systematic review

57: Study design for a longitudinal study about the general and specific health status of music students

58: Prozessorientierte Gesangspädagogik als missing link zwischen Körpertherapie und Gesang

59: Auswirkung des Slacklinetrainings auf die Sensomotorik bei Tänzern - Eine empirische Studie

60: Gemütliche Posterbegehung

Vorträge Samstag

61: Doppelbelastung in der Ausbildung musikalisch (hoch)begabter Jugendlicher

62: Stress, Entspannung und Musik – ein neurobiologisches Update

63: Frustration bei Orchestermusikern: zu viel Fremdbestimmung, zu wenig Eigenverantwortung

64: Schmerzminderung durch Musikexposition (klinische Studie)

65: Unvereinbarkeit physiologisch opportuner Körperhaltung mit den Notwendigkeiten, Bedürfnissen und Gewohnheiten der ausübenden MusikerInnen

66: Potentiale von Musik im Alter – Rezeption und Ausübung mit neurokognitivem Bezug zu Demenz

67: Die Beziehung von Muskelaktivierungen und chronischen Schmerzen bei MusikerInnen

68: Musik für ParkinsonpatientInnen

69: Die Sensorklarinette - Ein Messinstrument für Fingerkräfte beim Klarinettenspiel

70: Musical, creative and cognitive task performance in primary school children: A longitudinal study

71: Individualität von Bewegung in der Musik: Finger- und Körperbewegungen beim Flötenspiel

72: Musikpädagogik und Musiktherapie. Berührungsfelder und Grenzen

73: Mastikatorische Aktivitäten und chronischer Stress bei Klavierstudenten

74: Arthroskopische Sanierung gelenknaher Überlastungen an der oberen Extremität durch Musizieren

75: Mentale Trainingsformen im Spitzensport und deren Auswirkungen auf Leistungsfähigkeit, Regeneration und Rehabilitation – ein Überblick

76: Round Table: Fitness - Üben - Leistung

Workshops Samstag

77: Phänomen Hypnose: vielfältige Anwendungsmöglichkeit auch für MusikerInnen?

78: Reflexion über ein nicht alltägliches Projekt - Erfolgsfaktoren für die Integration eines Betrieblichen Gesundheitsma-

agements (BGM) im Berufsorchester

79: Das heilsame Potential wertschätzender Gesprächsführung

80: Emotionen und Gefühle auf der Bühne: praktische Tools für MusikerInnen

81: Systemisches Bewusstsein als Inspiration für ein nachhaltig gesundes Musikerleben

82: fit4music Fitness

83: Geschmeidig fokussiert spiele ich im Raum: ,Eutonie Gerda Alexander'®

84: Beeinflussung der Körperhaltung nach Prinzipien der Entwicklungskinesiologie und Yoga bei Musikern

Vorträge Samstag (ff)

85: Messung von Stressparametern bei Orchestermitgliedern

86: Stimmermüdung und Stimmerholung bei SängerInnen

87: Doppeltönigkeit in der Stimmdiagnostik

88: Mozart oder Madonna ? Was ist die richtige Musik für mich als Interpret?

89: Ein musikmedizinisches Fallbeispiel aus der physiotherapeutischen Praxis

90: Harfenunterricht als Therapieform bei SchlaganfallspatientInnen (Fallstudie)

91: Ehrungen & Abschluss

92: Veranstaltungshinweise

Das Programm in alphabetischer Reihenfolge der RefrentInnen finden Sie auf Seite 95 !



Zertifizierung und Fortbildungspunkte



Die DFP Punkte sind zum Zeitpunkt der Drucklegung beantragt. Die vergangene Tagung wurde mit 13 DFP Punkten angerechnet. Für diese Veranstaltung sind ebenfalls 13 Punkte zu erwarten.



Die Veranstaltung wird laut Begutachtung durch den Wissenschaftlichen Beirat der Österreichischen Akademie I ÖAP als Fort- und Weiterbildungsveranstaltung gemäß Psychologengesetz mit 20 Einheiten (1 Einheit = 45 Minuten) anerkannt.



Ein Gewinn für die Kultur!

Musik wird zur Kunst, wenn Komposition, Künstler und Akustik perfekt zusammenspielen. Schloss Grafenegg mit seinem einzigartigen Ambiente bietet hoher Musikkunst einen perfekten Rahmen. Wir als Österreichische Lotterien unterstützen das Grafenegg Festival, damit dieser Rahmen erhalten bleibt.



Gut für Österreich.

österreichische
LOTTERIEN

Zum Geleit

Ein Auftritt erfordert die ganze Beteiligung des Musizierenden: Körper, Verstand und Gefühl sind auf ein gemeinsames Ziel hin vereint. Jeder gespielter Ton soll frisch, neu und lebendig sein, dann hört ein Publikum gerne zu, dann kann der berühmte Funke überspringen.



Institutsvorständin Univ.-Prof. Dipl.-Rhyth.
Angelika Hauser-Dellefant

MDW

Musizieren auf hohem Niveau erfordert alle Kräfte. Dabei wird nicht selten die Gesundheit aufs Spiel gesetzt. Es droht Überlastung und im schlimmsten Fall Berufsunfähigkeit. Das Thema "gesund musizieren" sollte daher jeden Musizierenden von Anfang an begleiten. Es ist ein sehr spezifisches Thema und nur interdisziplinär zu bewältigen.

Die Tagung "Gesund Musizieren" wurde 2009 zum ersten Mal an der mdw durchgeführt und wird und wird heuer zum dritten Mal veranstaltet. Sie wird mit jedem Mal umfangreicher und hat sich inzwischen zu einem internationalen Treffpunkt von Fachkräften entwickelt. Diese Tagung bietet Vertretern verschiedenster Disziplinen die Möglichkeit, sich auszutauschen, ein Verständnis der Probleme zu vertiefen und neue Lösungen zu erfahren.

Ich wünsche Ihnen allen, dass Sie von dieser Tagung bereichert und inspiriert wieder nach Hause zurückkehren und dass damit international neue Impulse für dieses Fachgebiet gesetzt werden.

Angelika Hauser - Dellefant

Wir begleiten Studierende...

... bei ihrer Suche nach mehr körperlichem Wohlbefinden beim Üben und Musizieren

... zum Gelingen einer optimalen Konzentration

... zur Leistungssteigerung durch besseren Energiefluss

... zur größtmöglichen Sicherheit am Podium

... bei der Suche nach Ursachen und Lösungen

... bei auftretenden Beschwerden

Die beste Ergänzung zum Instrumental-Unterricht

www.MusikundGesundheit.at
Abteilung für integrative Atem-, Stimm- und Bewegungsschulung am Institut 13

Internistische Aspekte in der Musikermedizin

HochleistungsmusikerInnen sind sowohl während ihrer Übungszeiten als auch im Rahmen von Konzertauftritten erheblichen Belastungen ausgesetzt. Diese Belastungen beziehen sich auf orthopädische Erkrankungen, psychosomatische Erkrankungen und internistische Krankheitsbilder.



Prof. Dr. med. Sebastian Kerber
D-Bad Neustadt

Während zahlreiche Untersuchungen zu den gerade erwähnten orthopädischen Belastungen durchgeführt wurden, sind die Zusammenhänge zwischen Leistungen der professionellen MusikerInnen und internistischen Erkrankungen nur spärlich untersucht.

Im Rahmen des Vortrages wird auf den Zusammenhang zwischen InstrumentalistInnen-Anforderungen und Herz-/Kreislaufveränderungen eingegangen werden. Dabei geht es gerade auch um den Aspekt der Stresssituation für das Herz-/Kreislaufsystem.

Chefarzt Prof. Dr. med. Sebastian Kerber ist Leiter der Klinik für Kardiologie I mit nicht-invasiver Bildgebung an der Herz- und Gefäß-Klinik GmbH Bad Neustadt. Die Herz- und Gefäß-Klinik zählt zu den weltweit großen Zentren für Herz- und Gefäßerkrankungen, verfügt über 389 Betten und behandelt jährlich über 14.000 Patienten. (www.kardiologie-bad-neustadt.de)

Die Verbreitung körperlicher Beschwerden bei professionellen OrchestermusikerInnen in verschiedenen Lebensaltern

In einer umfangreichen und repräsentativen Studie zur beruflichen, musikalischen und persönlichkeitsbezogenen Entwicklung von professionellen OrchestermusikerInnen (N = 2.536) wurden auch gesundheitsbezogene Daten erhoben (Gembris & Heye 2012).

Insgesamt geben 55% der MusikerInnen an, gegenwärtig körperliche Beschwerden zu haben, die sie beim Musizieren beeinträchtigen.

Der Beitrag differenziert die Beschwerden nach Lebensalter und weiteren Kriterien.



Prof. Dr. Heiner Gembris
D-Paderborn

Dr. Heiner Gembris ist Professor für empirische Musikpädagogik und Musikpsychologie an der Universität Paderborn und leitet das Institut für Begabungsforschung in der Musik (IBFM). Forschungsschwerpunkte: Musikalische Begabung und Entwicklung, Rezeptionsforschung und Wirkungen von Musik

Berufsbedingte Schmerzen bei MusikerInnen - Symptome und Therapie

Typische berufsbedingte Schmerzarten bei MusikerInnen sind meistens von der Haltung beim Spielen des Instrumentes abhängig, wobei Schmerzen des Bewegungsapparates am häufigsten sind.

Zum Beispiel:

- hohe Streicher (Violine) haben überwiegend Beschwerden im Nacken-, Schulter-, Ellenbogen- und Armbereich
- tiefe Streicher (Cello und Kontrabass) leiden häufig unter Kopf- und Nackenschmerzen
- Oboisten klagen typischerweise über Schmerzen im Daumengrundgelenk

Dazu kommen noch andere Beschwerden psychischer und physischer Natur bedingt durch hohen Schalldruckpegel, minimale Beleuchtung und das Spielen auf engstem Raum.

Therapieansätze: Triggerpunkt-, Softlasertherapie, Akupunktur – die individuell angepasst werden.



Dr. med. Magdalena Zgainski
A-Eisenstadt

**Dr. Magdalena Zgainski ist Ärztin für Allgemeinmedizin, Fachärztin für Anästhesiologie
Oberärztin am KH Eisenstadt, eigene Praxis seit 1997
Diplome: •ÖÄK-Diplom für Schmerztherapie | •ÖÄK-Diplom für Akupunktur | •Diplom für Lasertherapie und Laserpunktur | Mitglied
der Österreichischen Schmerzgesellschaft seit 1991.**

Die Rolle der Faszien in der MusikerInnenbehandlung

Musizieren, ganz gleich auf welchem Instrument, stellt hohe Anforderungen an Koordination und Propriozeption. Abstände auf der Klaviatur, Druck der Finger auf den Saiten, Gewicht des Bogens, die Position des Instruments zum Körper sind nur einige Beispiele für propriozeptive Anforderungen, die in Verbindung mit einem akustischen Resultat über Jahrzehnte vom Spieler geübt und trainiert wurden.

Faszien sind dicht mit Mechanorezeptoren bestückt, die Informationen über den Zustand und die Position des Bewegungs- und Halteapparates liefern. Weiterhin befinden sich in den Faszien glatte Muskelzellen, sympathische Nervenendigungen und Schmerzrezeptoren. Mit der manuellen Behandlung der Faszien können die Propriozeption, der lokale Tonus der quergestreiften Muskulatur, die Elastizität des Binde- und Stützgewebes und die Schmerzwahrnehmung beeinflusst werden.

Der Vortrag beschäftigt sich mit der Rolle der Faszien in der MusikerInnenbehandlung. Er bringt Informationen über die Anwendbarkeit einer Faszienbehandlung bei MusikerInnen, ihren Nutzen, Indikationen und ihre Auswirkungen auf die Spielleistung.



PT, Dipl. mus. Alexandra Türk-Espitalier

D-Frankfurt

Alexandra Türk-Espitalier ist Lehrbeauftragte für Musikphysiologie und Physioprophyaxe an der Hochschule für Musik und Darstellende Kunst in Frankfurt/Main. Sie ist ausgebildete Flötistin und Physiotherapeutin und hat sich auf die Behandlung von erkrankten Musikern sowie die Vorbeugung von Spielerkrankungen spezialisiert.

In ihrer Funktion als Vorstandsmitglied der DGfMM referiert sie regelmäßig über das Thema Musikergesundheit. Ihre Arbeiten erscheinen in verschiedenen Fachzeitschriften für Musiker und Physiotherapeuten. 2008 wurde ihr Buch „Musiker in Bewegung. 100 Übungen mit und ohne Instrument“ vom Zimmermann-Musikverlag herausgegeben.

Entwicklung eines standardisierten Erhebungsinstruments zur Erfassung von musikerassoziierten Erkrankungen

Hintergrund: Bedingt durch die extreme Spezialisierung seiner Tätigkeit bedarf der Musiker einer individuell auf ihn abgestimmten Behandlung. Eine mögliche und häufig angewendete Therapieform zur Behandlung von Musikererkrankungen ist die Physiotherapie. Im Institut für angewandte Physiotherapie und Osteopathie (INAP/O) besteht seit 2008 eine Musikersprechstunde. Der spezielle physiotherapeutische Befund des Bewegungs- und Stützapparates sollte unter Berücksichtigung der Bewegungsabläufe und üblichen Haltemuster beim Musizieren erfolgen. Daher ist die Befunderhebung auf die künstlerische Tätigkeit anzupassen. Musiker behandelnde Physiotherapeuten sollten deshalb selbst über gute Instrumentalkenntnisse verfügen.

Methode: Die Erfahrungen der Musikersprechstunde mit dem bestehenden Befundsystem des INAP/O erbrachten den Bedarf eines musikspezifischen Befundbogens. Das bislang verwendete Erhebungsinstrument wurde zwischen 2010 und 2012 modifiziert und erprobt. 3147 physiotherapeutische Behandlungen von Musikern des Orchesters Osnabrück und Münster, Musiklehrer der Musik- und Kunstschule Osnabrück sowie Musikstudenten wurden durchgeführt.

Ergebnisse: Die physiotherapeutische Dokumentation wurde durch musikrelevante Parameter ergänzt. Zum Beispiel beinhaltet die Anamnese Fragen zum Spiel- und Übeverhalten, zur musikalischen Vorgeschichte und zum Einfluss des Musizierens auf die vorliegende Problematik. Messungen und Testverfahren des Bewegungsapparates sind auf instrumentenspezifische Beanspruchungen ausgerichtet. Eine Haltungs- und Bewegungsanalyse während des Spielens/Singens unter ergonomischen Aspekten vervollständigt das Befundschemata.

Schlussfolgerung: Das entwickelte Befundsystem stellt eine Optimierung des Befundablaufes in der Musikersprechstunde dar und kann als standardisiertes Erhebungsinstrument zur Erfassung von musikerassoziierten Erkrankungen eingesetzt werden.



BSc PT, MA Malika Damian
Carolina Lares-Jaffé, PT, BHealth; Prof. Dr.
med. Christoff Zalpour

D-Osnabrück

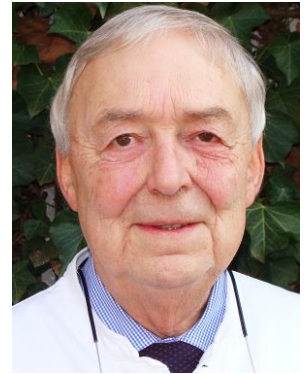
Malika Damian ist seit 2003 Physiotherapeutin. Im Juli 2010 hat sie den Bachelor of Science in Physiotherapie an der Hochschule Osnabrück erlangt und für ihre Abschlussarbeit „Triggerpunktbehandlung mit radialer Stoßwelle bei Musikern mit unspezifischen Schulter-Nackenbeschwerden“ den 2. IFK-Wissenschaftspreis 2011 gewonnen. Das Masterstudium Management im Gesundheitswesen schloss sie im September 2012 ab. Von 2009-2012 war sie in der Musikersprechstunde des Instituts für angewandte Physiotherapie und Osteopathie (INAP/O) tätig und von 2010-2012 wissenschaftliche Mitarbeiterin im Forschungsprojekt MusikPhysio der Hochschule Osnabrück. Zurzeit ist sie Lehrbeauftragte der HS Osnabrück, u.a. für das Fach „Musikphysiologie“. Sie spielt selbst in ihrer Freizeit Geige und Klavier.

Bühnenangst – aus idiolektischer Sicht

Idiolektik ist eine neue Methode im Umgang mit Körperreaktionen und psychischen Symptomen, die aus Leistungsdruck, Stress, einseitiger Belastung etc. entstehen können.

Es handelt sich um eine Gesprächsmethode, die die Eigensprache (lat. idiolekt) der betroffenen Person konsequent aufgreift und dadurch ihre eigene Sicht der Symptome würdigt. Diese Würdigung hat in der Arbeit mit MusikerInnen – Bork im Bereich der Forschung und Ehrat in einer ärztlichen Praxis – bereits enorme Wirkungen gezeigt.

Im Vortrag wird die Methode vorgestellt, im anschließenden Workshop in Form von live geführten Gesprächen mit MusikerInnen erlebbar gemacht.



Dr. med. Hans-Hermann Ehrat

Dr. Magdalena Bork

CH-Neuhausen

Hans Hermann Ehrat: Dr. med., Facharzt für Allgemeinmedizin, Kurzpsychotherapeut grad. IG, Gründungs- und Vorstandsmitglied der Gesellschaft für Idiolektische Gesprächsführung seit 1986. Supervisor und Ausbilder in Idiolektik seit 1986.

Arbeitsschwerpunkte: Allgemeinärztliche und psychotherapeutische Praxis, Psychosomatik, ambulante Psychotherapie

Magdalena Bork: Mag.art Dr. phil., ausgebildete Flötistin und freie Wissenschaftlerin im Bereich MusikerInnen-Forschung, 2007 promoviert an der mdw mit der Studie „Traumberuf Musiker? Herausforderungen an ein Leben für die Kunst.“ (Schott-Verlag).

Dozentin und Beraterin der Gesellschaft für Idiolektische Gesprächsführung. Dozentin am Institut für Kulturmanagement der mdw (Qualitative Methoden)

Prävention von Blaulichtschäden bei MusikerInnen – photobiologische Sicherheit von Scheinwerfern

Die Ermittlung und Beurteilung von Gefahren am Arbeitsplatz hat naturgemäß auch am Arbeitsplatz der (Orchester-)Musikers oder Musikerin zu erfolgen. Durch gesetzliche Regelung durch die Verordnung über künstliche optische Strahlung ist der Arbeitgeber verpflichtet, auch die mögliche Gefährdung durch Scheinwerfer zu evaluieren. In Veranstaltungsstätten kommen HMI-, Halogen- und LED-Scheinwerfer zum Einsatz. Diese Lichtquellen sind in der Lage, thermische und photochemische Retinaschäden zu bewirken.

UV-Licht kann problemlos durch vorgesetztes Glas abgehalten werden; Emissionsquellen im Bereich von etwa 430 bis 530 nm können sog. "Blaulichtschäden" verursachen. Praktikable Gefahreneinschätzungen gestalten sich aufgrund der Herstellerangaben mitunter schwierig, insbesondere wenn bei einer Veranstaltung hundert und mehr Scheinwerfer eingesetzt werden. Erfolgversprechend erscheint die Einstufung nach der Professional Lighting and Sound Association.



Dr. med. Karl Böhm
A-Wien

Dr. Karl Böhm, geboren 1954 in Zams/Tirol, verbrachte seine Jugend in Landeck im Tiroler Oberland. Nach der Matura studierte er technische Chemie und Medizin in Wien. Nach der Promotion war Dr. Böhm in mehreren Spitälern in Wien tätig. Seit dem Jahre 1989 leitet Dr. Böhm den arbeitsmedizinischen Dienst des Österreichischen Rundfunks. Dr. Böhm betreut auch das Radiosymphonie Orchester, dessen Tourneen er fallweise begleitet. In der Zusammenarbeit mit den Betriebsärzten der ARD und des ZDF sowie in Vorträgen für die Österreichische theatertechnische Gesellschaft sowie für die Pädagogische Hochschule Wien wird des öfteren die Prävention im Orchester thematisiert. Dr. Böhm gehört der Österreichischen Gesellschaft für Musik und Medizin seit der Gründung an.

Analogien zwischen Mund- und Stimmlippen: 'The vibrating siblings'

Mundlippen und Stimmlippen bilden die zwei Enden des Vokaltraktes. Zwischen diesen beiden schwingenden Strukturen bestehen vielfältige Zusammenhänge und Analogien, z.B. hinsichtlich Anatomie (muskuläre Unterlage mit darauf schwingender Schleimhaut), Tonerzeugung (Bernoulli-Effekt) und Schwingungsverhalten, Untersuchungsmethoden (endoskopische Vibrationsanalysen) sowie bzgl. Überbeanspruchung (Overuse) und dystoner Erkrankungen (Ansatzdystonie bzw. oro-faziale Dystonie der Mundlippen, laryngeale bzw. spasmodische Dysphonie der Stimmlippen).

Es werden Beispiele vorgestellt für bildgebende Techniken (Stroboskopie, Kymographie/High Speed Line-Scanning) zur Untersuchung von Mundlippenschwingungen bei Blechbläsern. Auch Randkantenverschiebungen (Schleimhautwellen am freien Rand) der Mundlippen werden gezeigt.

Derartige Schwingungsuntersuchungen der Mundlippen sind wichtig zur Abklärung von funktionellen Überlastungsbeschwerden und Ansatzproblemen bei Blechbläsern. Denn deren Lippen können durch Überlastung (Overuse) entweder verkrampfen (Ansatzdystonie, oro-faziale Dystonie) oder sogar organisch geschädigt werden (Druckstellen, Verletzungen bis hin zum Einriss des Lippenringmuskels). Derartige überlastungsbedingte Lippenprobleme stellen für professionelle Blechbläser existenzielle Bedrohungen dar, die deshalb frühzeitig erkannt und behandelt werden müssen. Aus diesem Grunde sind Schwingungsanalysen der Lippen (z.B. bei Ansatzproblemen) wichtig für die berufliche Rehabilitation von Blechbläsern.

Die von uns entwickelten stroboskopischen und kymographischen Untersuchungsmethoden der Mundlippen liegen an der Schnittstelle zwischen Technik, Medizin und Musik. Sie werden mittlerweile routinemäßig eingesetzt in der Bläusersprechstunde der Interdisziplinären Ambulanz für Musikermedizin, die im Universitätsklinikum der Heinrich-Heine-Universität Düsseldorf angesiedelt ist.



Univ.-Prof. Dr. med. Wolfgang Angerstein

R. Mauersberger; Th. Massing

D-Düsseldorf

Univ.-Prof. Dr. Wolfgang Angerstein: 1977 – 1983: Medizinstudium an der Heinrich-Heine-Universität Düsseldorf | 1984 – 1988: HNO-Facharzt-Weiterbildung (Univ.-Klinik Düsseldorf, St.-Johannes-Hospital Dortmund) | 1988 – 1990: Weiterbildung zum Facharzt für Phoniatrie & Pädaudiologie (Univ.-Klinik Erlangen) | 1990 – 1997: Oberarzt und Vertreter des Direktors der Univ.-Klinik für Phoniatrie & Pädaudiologie an der RWTH Aachen | 1996: Habilitation über Halsvenenstau bei Hyperfunktioneller Stimmstörung | Seit 1997: Leiter des Selbständigen Funktionsbereiches für Phoniatrie & Pädaudiologie am Univ.-Klinikum Düsseldorf | Zusatzbezeichnungen: Chirotherapie, Homöopathie, Naturheilverfahren, Stimm- und Sprachstörungen, Verkehrsmedizin | Regelmäßige Vortrags-, Lehr- und Forschungstätigkeit; Mitglied in diversen nationalen und internationalen wissenschaftlichen Fachgesellschaften (z.B. Deutsche Gesellschaft für Musikphysiologie und Musikermedizin) | Regelmäßige Gutachtertätigkeit für Gerichte, Behörden und Versicherungen | Seit November 2006 Musikermedizinische Sprechstunde (Schwerpunkte: Blechbläser, Sänger, Hörstörungen) | Hobbies: Alphorn und Didgeridoo spielen, Schach u.a. strategische Brettspiele, lesen, Musik hören, gut essen

Tinnitus - Das Phantomgeräusch im Kopf und was Sie dagegen tun können

Medizinische Grundlagen zur Tinnitusentstehung und zur Tinnitustherapie

Chronischer Tinnitus ist ein Phantomgeräusch, das im Gehirn im Bereich der "Hörrinde" generiert und gespeichert wird.

Therapeutischer Nihilismus ist ebenso abzulehnen wie sinnlose medikamentöse Therapien. Jede erfolgversprechende Therapie muss an der zentralen Hörverarbeitung ansetzen und dort zu einer Umstrukturierung ("RETRAINING") führen.

Wir verwenden dazu in erster Linie unsichtbare Hörgeräte, welche den Tinnitus zunächst überlagern und in weiterer Folge aus dem Bewusstsein zurückdrängen.



Dr. med. Johannes Schobel
Mag. Maria Schobel
A-St. Pölten

Dr. med. Johannes Schobel: Geboren am 17.06.1956, Promotion 17.06.1981, HNO-FA- Ausbildung bei Prof. Dr. G. Zechner, Prof. Dr. D. Plester und Prof. Dr. K. Böheim. HNO-Facharzt seit 1990, seit dem Jahr 1995 niedergelassen, im Jahr 2000 Gründung des Zentrums für Tinnitus und Hyperakusis St. Pölten.

Beethovens Erbe – Grundlegende Überlegungen zur Hörminderung bei Musikern

Beethovens Biographie und das Heiligenstädter Testament spiegeln den Verlauf seiner früh einsetzenden Hörminderung bis hin zum vollständigen Hörverlust.

Sie mündet im Auftrag an die Nachwelt, die Erforschung unseres Hörsinnes bzw. dessen Erkrankungen voranzutreiben.

Ausgehend davon werden das Hören und relevante Krankheitsbilder im Überblick erläutert und psychosoziale Auswirkungen von Hörverlust dargestellt.

Möglichkeiten und Grenzen von Hörhilfen unter besonderer Berücksichtigung des Musikhörens sowie die Bedeutung des aktiven Hörtrainings werden vorgestellt.

Die Diagnose Hörminderung wird oft als berufliche Bedrohung erlebt und somit tabuisiert.

Erfolgreiche, hochgradig hörbeeinträchtigte MusikerInnen geben jedoch Anlass, die Diagnose in ihrer Bedrohlichkeit zu hinterfragen und einen Prozess der Enttabuisierung in Gang zu setzen.



Mag. Dr. Ulrike Stelzhammer-Reichhardt

Mag. Esther Rois-Merz

A-Salzburg

**Mag. Dr. Ulrike Stelzhammer-Reichhardt: Studium der rhythmisch-musikalischen Erziehung bzw. Musik- und Bewegungspädagogik an den Musikuniversitäten Wien und Salzburg.
Musik- und Bewegungspädagogin am Landeszentrum für Hör- und Sehbildung; Salzburg
Dissertation an der Musikuniversität Mozarteum Salzburg, in Zusammenarbeit mit der naturwissenschaftlichen Fakultät der Universität Salzburg.**

**Eintragung in die MusiktherapeutInnenliste des Bundesministeriums für Gesundheit gemäß Musiktherapiegesetz.
Selbstständig interdisziplinär tätig in musisch-pädagogischen, therapeutischen und wissenschaftlichen Projekten. Zurzeit Arbeitsschwerpunkt im Sonova Partner Programm des CI Herstellers Advanced Bionics.**

Akustische Untersuchung von MusikerInnen-Gehörschutz

Laut einer noch unveröffentlichten Studie der Schweizerischen Gesellschaft für Musik und Medizin SMM besteht die größte Angst von professionellen MusikerInnen in der Beschädigung ihres Hörvermögens. Für eine MusikerInnen-Karriere ist es also relevant, das eigene Gehör zu schützen. Ein dazu verwendbares Produkt ist der maßgefertigte Gehörschutz ER-15TM der amerikanischen Firma Etymotic. Er soll über den gesamten Hörbereich die Musik gleichmäßig leiser machen und auf diese Weise die Klangqualität während der Schutzwirkung erhalten.

Mittels eines Miniaturmikrofons im Gehörgang der ProbandInnen wurde an acht Ohren die Dämmung des Gehörschutzes gemessen. Das Ergebnis sind Aspekte in Bezug auf das Wirken des Gehörschutzes insbesondere auf Musik, welche durch die Aufnahme mit dem Mikrophon im Gehörgang hörbar gemacht wurden. Obwohl es sich aus Sicht der Autorin um eines der besten zur Zeit erhältlichen Produkte handelt, sind viele technisch bedingte Fehlerquellen vorhanden. Zusammenfassend wird ein Leitfaden zum Umgang mit Gehörschutz für MusikerInnen vorgestellt.

Die Studie „Akustische Untersuchung von MusikerInnen-Gehörschutz“ wurde als Diplomarbeit für das Fach Tonmeister an der Universität für Musik und darstellende Kunst Wien erstellt. Sie wurde von der Europäischen Union der Hörgeräteakustiker 2012 mit einem Förderpreis dotiert.



Mag. Esther Rois-Merz
A-Wien

Mag.^a art. Esther Merz, geboren 1980, studierte Tonmeister mit Schwerpunkt Aufnahmeleitung an der Universität für Musik und darstellende Kunst in Wien. 2004 gewann sie einen Preis an der AES Student Recording Competition in Berlin in der Kategorie »Pop/Rock Stereo«. 2008 absolvierte sie die Meisterprüfung für Hörgeräteakustik in Innsbruck. Als Hörakustikerin war sie von 2006-2010 in Lausanne tätig. Seit 2010 ist sie in der Lehre tätig und unterrichtet an der Akademie Hören Schweiz das Fach Akustik. 2012 erhielt sie für die Studie "Akustische Eigenschaften von MusikerInnen-Gehörschutz" einen EUHA-Förderpreis.

Alter(n) und Musizieren: der musikermedizinische Blick

Musikphysiologische und musikermedizinische Fragestellungen und/oder Beschwerden bei Musikern im höheren Lebensalter wurden bislang wenig thematisiert. Es liegen kaum systematische Studien vor. In den musikermedizinischen Sprechstunden werden die individuellen Beratungen älterer Berufs- und Amateurmusikern jedoch zunehmend nachgefragt.

Musizieren im Alter bedeutet eine permanente Auseinandersetzung mit einem Spannungsfeld zwischen verschiedenartigen positiven Effekten, den individuellen physischen und psychischen Möglichkeiten, Einschränkungen und eventuellen Grenzen. Hier greifen neurobiologische, musikphysiologische, musikermedizinische, fachärztliche und (im Laienbereich) pädagogisch-didaktische Aspekte eng ineinander.

Es werden typische altersbezogene Veränderungen, ihre Relevanz für das Musizieren sowie konkrete Hilfestellungen seitens der Musikphysiologie aufgezeigt. Weiterhin werden die häufigsten „Alters-Beschwerden“ aus der musikermedizinischen Praxis erörtert. Neben Aspekten des Bewegungs-, Herz-Kreislauf- und Atemsystems spielen u.a. musikermedizinisch relevante unerwünschte Arzneimittelwirkungen bei älteren Musikern eine wichtige Rolle. Häufig erfordern körperliche oder psychomentale Einschränkungen mit Auswirkung auf das Musizieren nicht nur spezifisch fachärztliche Maßnahmen, sondern eine zusätzliche musikermedizinische Diagnostik und Begleitung. Dies betrifft sowohl Berufsmusiker in ihren unterschiedlichen Arbeitsfeldern als auch Amateurmusiker.



Prof. Dr. med. Maria Schuppert

D-Detmold

Prof. Dr. Maria Schuppert leitet das Zentrum für Musikergesundheit der Hochschule für Musik Detmold. Als Ärztin und Hobbymusikerin engagiert sie sich besonders für die musikphysiologische Lehre und für die Implementierung strukturierter, praxisorientierter Konzepte der Musikergesundheit in die musikalische Ausbildung. Ebenso arbeitet sie in der Prävention, Diagnostik und Therapie musikerspezifischer Erkrankungen und ist derzeit Präsidentin der DGfMM.

Hypnose zur Stressbewältigung

MusikerInnen müssen Höchstleistungen erbringen, die Konkurrenz ist groß. Der hohe Erfolgsdruck, der auf den Schultern von MusikerInnen lastet, sowie Auftrittsängste und die hohe Erwartungshaltung führen beinahe zwangsläufig zum übermäßigen Stress und den damit verbundenen Reaktionen:

Der Körper „spielt verrückt“ (das Herz rast, man schwitzt, der Rücken verspannt sich, etc). Die Gefühle geraten "außer Kontrolle" (Unsicherheit, Angst, man verliert die Nerven, etc.). Wie können MusikerInnen mit diesen Herausforderungen umgehen, um ihre Leistungsfähigkeit zu erhalten? Hypnose ist eine Möglichkeit, Stress zu reduzieren und damit die notwendige Balance zwischen Spannung und Entspannung wieder zu erreichen - eine Notwendigkeit, um physisch und psychisch gesund und fit zu bleiben. Hypnose ist nebenwirkungsfrei und auch in Form von Selbsthypnose jederzeit anwendbar.

Ziel: Hypnose als Werkzeug nutzen, um Stresssymptome zu reduzieren und abzubauen; Einflussnahme auf körperliche, emotionale, muskuläre und kognitive Wahrnehmungen

Themen: Wirkung von Hypnose, hilfreiche Suggestionen, Anleitung zur Selbsthypnose

Workshop zum Mitmachen und Ausprobieren



Mag. Elisabeth Gazsó

A-Baden bei Wien

Mag. Elisabeth Gazsó: Ausbildung: Studium an der Hochschule für Musik und Darstellende Kunst in Wien, Konzertfach Violine bei Herrn Prof. Eduard Melkus, anschließend Studium der Psychologie in Wien mit Schwerpunkt Medizinische Psychologie und Psychiatrie; **Zusatzbildungen** in Klinischer- und Gesundheitspsychologie, Coaching, Mediation und Medizinischer Hypnose; **berufliche Erfahrung:** Arbeit mit Alkoholkranken an der Psychiatrischen Universitätsklinik Wien (AKH), sowie am API Kalksburg und gerontopsychologische Tätigkeit im Landespensionistenheim Perchtoldsdorf und im GZW-Lainz, Klinische Psychologin beim Opfernortruf des Weissen Rings und in freier Praxis mit Schwerpunkt Hypnose und Mediation (Familien- und Wirtschaftsmediation) **berufspolitisches Engagement:** Vorstandsmitglied im „Österreichischen Psychologenforum“, Ordentliches Mitglied im Mediationsbeirat, sowie Mitglied im Ausschuss des Mediationsbeirates im BM für Justiz.

Wie lese ich ein Audiogramm?

Wie lese ich ein Audiogramm?

Welche Werte bezeichnen ein gesundes Hörvermögen?

Ab wann wird es kritisch?

In welchem Frequenzbereich liegt mein Instrument?

Die TeilnehmerInnen der Tagung können einen Hörtest machen. Mit dem dort gemessenen Audiogramm besuchen sie den Workshop. Der Aufbau eines Audiogramms mit seinen Achsen und Zeichen wird erklärt und die Grenzwerte für normales Hören sowie Schwerhörigkeit werden vorgestellt.

Die TeilnehmerInnen können nun ihr eigenes Audiogramm mit den präsentierten Werten vergleichen und sich selbst ein Bild von ihrem Hörvermögen machen. Zusätzliche Informationen dienen der Einschätzung über das Musikhörvermögen bei Hörverlusten, welche anhand von einschlägigen Audiometrie-Ergebnissen dargestellt werden.



Mag. Esther Rois-Merz
Ulrike Stelzhammer-Reichhardt
A-Wien

Mag.a (art) Esther Merz, geboren 1980, studierte Tonmeister mit Schwerpunkt Aufnahmeleitung an der Universität für Musik und darstellende Kunst in Wien. 2004 gewann sie einen Preis an der AES Student Recording Competition in Berlin in der Kategorie »Pop/Rock Stereo«. 2008 absolvierte sie die Meisterprüfung für Hörgeräteakustik in Innsbruck. Als Hörakustikerin war sie von 2006 -2010 in Lausanne tätig. Seit 2010 ist sie in der Lehre tätig und unterrichtet an der Akademie Hören Schweiz das Fach Akustik. 2012 erhielt sie für die Studie "Akustische Eigenschaften von MusikerInnen-Gehörschutz" einen EUHA-Förderpreis.

Yoga für MusikerInnen und WissenschaftlerInnen

Yoga ist eine alte indische Philosophie und Körpererfahrung, die auf einer Balance von Körper und Geist/Seele aufbaut. Für Berufsmusiker/innen, die oft unter starkem Leistungs- und Konkurrenzdruck stehen, und Wissenschaftler/innen, die häufig unter Folgen von Bewegungsmangel leiden, kann Yoga einen Weg zeigen, um seelische Anspannung und körperliche Beschwerden aufzulösen und mit sich in einen harmonischen Einklang zu kommen. Yoga entwickelt das Prinzip einer vom Zentrum des Körpers ausströmenden harmonischen Energie, die zu körperlicher Leichtigkeit und geistiger Klarheit führt.

Vor dem Hintergrund meiner Erfahrungen als Instrumentalistin, Pädagogin und Wissenschaftlerin habe ich mich schon lange mit der Früherkennung berufsbedingter körperlicher und seelischer Beschwerden befasst und immer wieder durch die Yoga-Praxis einen Weg zu Selbstheilung und Ausgeglichenheit weisen können. Meine Kurse richten sich sowohl an Anfänger als auch an Fortgeschrittene und verbinden zusätzlich die Basis-TCM Kenntnisse mit einem Eingehen auf die individuelle Situation der Kursteilnehmer/innen.



Dr. Wen-Tsien Hong

A-Wien

Wen-Tsien Hong, geboren in Taiwan, studierte Klavier (Konzertfach) und Musikwissenschaft an der Hochschule/Universität für Musik (Dr. phil. 2003). In diesem Rahmen absolvierte sie auch den zweijährigen Lehrgang für Atem-, Stimm-, und Bewegungserziehung. Seit 1998 praktiziert sie Yoga. In Taipei wurde sie in der japanischen Yoga-Methode Oki-Do (沖道) ausgebildet. Seit 2001 vertieft sie ihre Yoga-Praxis bei verschiedenen Lehrern in Wien und ist außerdem als Klavierpädagogin, Wissenschaftlerin, Journalistin und Übersetzerin tätig.

Ready for concert! Warming up

MusikerInnen sind HochleistungssportlerInnen und sollten sich genauso wie SpitzensportlerInnen körperlich aufwärmen. Sei es vor dem Üben oder vor einem Konzert. Sie erlernen speziell konzipierte Einwärmübungen für MusikerInnen in Kombination mit Vorstellungsbildern.

Dafür brauchen Sie nichts weiter als einen Platz, an dem Sie stehen können. Durch den effizienten Einsatz von Bildern und Aufwärmübungen fördern Sie Ihre Körperwahrnehmung und schaffen eine Körperpräsenz als optimale Voraussetzung fürs Musizieren.

Die Muskeln und Gelenke werden gezielt vorbereitet, um ökonomisch eingesetzt zu werden. Die Bilder sind sehr humorvoll und in jeder Situation anwendbar. Diese Möglichkeiten des „Einstimmens“ sind sehr spielerisch und lustvoll, helfen somit auch mit freudigen Emotionen und einem „freien Kopf“ das Musizieren, zu starten.



Dipl. Rhythm. Hanna Keßeler

D-Köln

Hanna Keßeler studierte in Wien Rhythmik/Musik und Bewegungspädagogik mit den Schwerpunkten Sonder- und Heilpädagogik sowie Querflöte. Anschließend folgte ein Stipendium für modernen Ausdruckstanz in England. Gleichzeitig begann sie die Ausbildung zur Franklin-Bewegungspädagogin®. Seit 2005 ist sie als lizenzierte Lehrtrainerin in der Aus- und Weiterbildung am Institut für Franklin- Methode® tätig. 2011 absolvierte Sie den Lehrgang „Musikphysiologie im künstlerischen Alltag“ an der UDK Berlin. Sie ist eine gefragte Referentin der Franklin-Methode® und der Musikphysiologie. Ihre Schwerpunkte liegen in der Verbindung von Haltungsschulung und effizientem Musizieren, Vorstellungsbildern und Auftrittspräsenz sowie Musikerprävention. Seit 2008 ist sie Lehrbeauftragte an der Hochschule für Musik und Tanz Köln für die Fächer: Embodiment, Tanz/Körpertraining, Auftrittcoaching und Franklin- Methode®.

Atem- und Körperschulung

„Als KünstlerIn ist man mit dem Körper auf der Bühne“

Ein ganzheitliches umfassendes Training von Kopf bis Fuß, verschiedene Techniken verbindend, mit besonderem Fokus auf der Atmung. Lockern, Mobilisieren, Kräftigen, Dehnen, Koordination, Kondition, Konzentration.

Ziele: Körperbewusstsein. Stärkung des und Bewegung aus dem Zentrum. Erden. Korrekte Haltung. Flankenatmung. Vitalität. Wissen und Bewusstsein, daraus resultierende Eigenständigkeit und Nachhaltigkeit, über die Notwendigkeit von Körperarbeit. Freude an der Körperarbeit.

SängerInnen: Spannungsaufbau – dynamischer Wechsel von Spannung und Entspannung. Atemräume erspüren, aktivieren und erweitern. Atmung als integratives Element erfahrbar machen, Atmung und Bewegung auf natürliche Weise verbinden, ökonomisieren. Dadurch ist das Training praxisorientiert und fördert die „Haltung“, Präsenz und Ausdrucksfähigkeit auf der Bühne und dem Podium.

InstrumentalistInnen: Öffnen der Körpervorderseite, mobilisieren und integrieren der Körperrückseite. Bewusstmachen und korrigieren von Fehlstellungen. Besondere Aufmerksamkeit auf die Körperpartien, die beim Spielen zu Verspannungen neigen, auf die Ursachen, die diese erzeugen. Verspannungen blockieren den Energiefluss, die Elastizität und Durchlässigkeit – darunter leidet das Wohlbefinden, das Spiel und auch das Publikum.



Katharina Czernin

A-Wien

Katharina Czernin: Die Wurzeln meiner Lehre finden sich im Klavierstudium bei Prof. Hilde Langer- Rühl, der Absolvierung eines Sportgymnasiums, meiner Tanzausbildung am Dance Center Iwanson in München, sowie jahrzehntelanger Erfahrung mit verschiedenen Körpertechniken (Yoga, Tai Chi, Wirbelsäulengymnastik.....) Atem- u. Körperschulung am Inst. f. Gesang u. Musiktheater Ballettgymnastik am Konservatorium Wien Privatuniversität Moderner- u. Zeitgenöss. Tanz, Kreativer Kindertanz, KinderUniKunst 2013 zum 6. x ISA. | Als Tänzerin vielfältige Zusammenarbeit mit zeitgen. Musikern u. bildenden Künstlern. Als Choreographin für Schauspiel, Musical, Moderner-u. Zeitgen. Tanz sowie Oper.

Mein Angstmonster, Feind - oder Freund ?

Jede lebendige, künstlerische Darbietung erfordert ein Aktivierungspotential. Übersteigt dieses die notwendige Anforderung, so lähmt uns das, beeinträchtigt die Leistung und verhindert Entwicklung.

In diesem Workshop erforschen wir die individuelle Arbeitsweise unseres Nervensystems und unsere inneren und äußeren Stressoren. Wir lernen die Grundregeln im Umgang mit der Angst, um den leistungssteigernden Aspekt wirksam werden zu lassen.

Wir testen Mentaltechniken und die neuesten „Tricks“ aus der Psychonetik.

Viele praktische Übungen geben Anregung für das Entwickeln eigener, effizienterer Strategien.



Hedi Milek

A-Wien

Hedi Milek, Instrumentalpädagogikstudium (Klavier) an der Hochschule für Musik und darstellende Kunst Wien 1978 – Bewegungspädagogin Franklin-Methode®, Musikphysiologie im künstlerischen Alltag an der UdK Berlin, Mentaltrainerin Orloff-System, Suggestopädin, nlp-Resonanz®-Coach für Kinder und Jugendliche, Referentin für Weiterbildungen in den Musikschulen, Einzeltraining für BerufsmusikerInnen und Musikstudierende mit Schwerpunkt Vorbereitung Wettbewerbe, Probespiele, Referentin im Projekt „Musik & Muskel“ und „Musik bewegt uns“ an der Universität für Musik und darstellende Kunst Wien. www.musicmagic.at

Durchlässigkeit von Anfang an! Eutonie Gerda Alexander®

In diesem Workshop haben Sie die Gelegenheit zu erfahren, wie Sie mit den Mitteln der Eutonie Gerda Alexander® für einen durchlässigen und zugleich tragfähigen Körpereinsatz am Instrument oder beim Singen sorgen können.

Die Eutonie Gerda Alexander® ist eine Körperarbeit, die erstmals 1959 beim "internationalen Kongress für Entspannung und natürliche Bewegung" in Kopenhagen der Öffentlichkeit präsentiert wurde. Das Wort "Eutonie" ist abgeleitet aus den griechischen Wurzeln "eu" - wohl, gut, harmonisch und "tonos" - Spannung. Gerda Alexander hat diesen Begriff der Wohlspannung geprägt, um die Wirkung ihrer Körperarbeit auf den menschlichen Organismus zum Ausdruck zu bringen.

So wie ein Musiker sein Instrument stimmen muss um Wohlklang zu erreichen, so ist es mit den einfachen und vielfältigen Übungen in Ruhe und Bewegung möglich, Ihren Körper in eine angemessene Spannung (Stimmung) zu versetzen, um ideal auf das Musizieren eingestellt zu sein. Sie erspüren und erfahren Ihren Körper, seine Bedürfnisse, seine Strukturen und Gesetzmäßigkeiten, seine Fähigkeiten und Möglichkeiten und seine ganz persönlichen Besonderheiten.

Durch das organische Zusammenspiel von Körper, Instrument und Umwelt steht einer erfolgreichen Zukunft hinsichtlich Leistungsoptimierung, Stressbewältigung und einem gelungenen Musizieren eine solide Basis zur Verfügung.

Erleben sie, wie Sie mit einem minimalen körperlichen Aufwand ein Maximum an Wirkung erzielen können.



Helene Roitinger

A-Weibern

Helene Roitinger, Jahrgang 1972.
Musikstudium IGP am Brucknerkonservatorium Linz, Violoncello (Andreas Pötzlberger) und EMP. Seit Jänner 1995 Lehrtätigkeit im OÖ Landesmusikschulwerk. Weiterführende Studien bei Bernhard Walchshofer (Linz) und Susanne Ehn-Riebl (Salzburg).
Auf Grund körperlicher Beschwerden traf ich 1997 auf die Eutonie Gerda Alexander®. Innerhalb von drei Tagen konnte ich eine eklatante Erleichterung meiner Beschwerden erfahren. Ich begriff, dass alles, was ein aktiver Musiker für seinen persönlichen Bedarf benötigt, in der Eutonie zu finden ist und entschloss mich daher, die fünfjährige Ausbildung in Offenburg (D) bei Karin Schaefer zu durchlaufen. Abschluss zum Diplom für Eutonie-Pädagogik und -Therapie März 2006. Neben der laufenden Kurstätigkeit arbeite ich mit Schülern und Kollegen in Musikschulen mit und ohne Instrument.

Lu Jong - Tibetisches Heilyoga

Lu Jong ist eine alte tibetische Praxis der Tantrayana- und Böntradition.

Seinen Ursprung hat Lu Jong vor etwa 8000 Jahren in Tibet. In der Abgeschlossenheit des tibetischen Himalayas entwickelten Eremiten die einzigartige Bewegungslehre, um ihre Selbstheilungskräfte zu aktivieren.

Mit den Übungen können wir Heilungsprozesse unterstützen, negative Emotionen überwinden und unsere Energie steigern.

Lu Jong basiert auf der traditionellen tibetischen Medizin, aus deren Sicht Krankheiten durch ein Ungleichgewicht der Elemente und der Lebenssäfte (Wind, Galle und Schleim) entstehen. Durch die Kombination von Bewegung, Position und Atmung werden die Körperkanäle sanft geöffnet, Blockaden werden gelöst und fehlgeleitete Energie wird mobilisiert.

Lu Jong arbeitet sanft mit der Wirbelsäule, um unser Wohlbefinden, unsere Körperwahrnehmung und innere Sensibilität sowie geistige Konzentration zu stärken.

Die 5 Grundübungen zum Öffnen der 5 Elemente (ein zehninütiges Übungsprogramm) eignen sich besonders zur Prävention gesundheitlicher Schäden, vor allem bei Menschen unter chronischer Stressbelastung.

Die Übungen sind einfach zu erlernen und jedermann zugänglich.

Infos unter: www.lujong-yoga.at



Eva Furrer

A-Wien

Eva Furrer studierte Querflöte an den Musikuniversitäten Graz und Wien (Konzertfachdiplom 1988). Seit 1991 ist sie Mitglied des Klangforum Wien. 2006 und 2008 absolvierte sie Yogalehrer-ausbildungen, u.a. in Südindien (Sivananda Ashram, Neyyadam). Seit 2009 praktiziert und lehrt Eva Furrer Lu Jong (Tibetisches Heilyoga) und bildet inzwischen auch Lu Jong Lehrer aus. 2010 schloss sie ihre Ausbildung in Terlusollogie® (bipolare Atemtypenlehre) ab. Neben ihrer internationalen Konzerttätigkeit unterrichtet Eva Furrer bei internationalen Ferienkursen für Neue Musik (IMD/Darmstadt, impuls/Graz) und Zeitgenössische Musik und Spieltechniken an den Musikuniversitäten Graz (PPCM) und Wien. www.lujong-yoga.at

Mit Bewegungsanalyse zur Virtuosität? Die Möglichkeiten moderner Motion-Capture-Technologie für effizientere Klaviertechnik

PianistInnen verbringen viel Zeit damit, ihre Klaviertechnik zu entwickeln, zu verfeinern und zu erhalten. Dabei gibt es eine Vielzahl an pädagogischen Meinungen, wie dabei am besten zu verfahren sei und trotzdem benötigt fast jede/r PianistIn innerhalb seiner Karriere medizinische Hilfe, um Überbeanspruchungssyndrome zu behandeln.

In meiner Forschung versuche ich mithilfe von modernen Motion-Capture-Systemen in grundlegende Bewegungsabläufe wie zum Beispiel die Fingertechnik von PianistInnen z.B. bei Skalenspiel hineinzuzoomen und herauszufinden, wie solche Bewegungsabläufe genau funktionieren, wie sie in unterschiedlichen Spieltempi ausgeführt werden und an welchen Stellen in der Bewegungskette vom Handgelenk bis zur Fingerspitze sie entstehen. Es stellte sich heraus, dass Fingeranschläge hauptsächlich im Fingergrundgelenk erzeugt werden, während die Fingergelenke sich leicht strecken.

Darüberhinaus konnten wir einen Zusammenhang zwischen Anschlagseffizienz und der Präzision und Genauigkeit der gespielten Sequenzen nachweisen, der zeigt, dass bestimmte Bewegungsmuster besser geeignet sein könnten für schnelles Skalenspiel als andere.

Ich möchte abschließend auch eine kritische Distanz zu quantitativer Forschung und ihrer Relevanz in der Ausbildungspraxis einnehmen und deren Anwendungspotentiale diskutieren.



Dr. Werner Goebel
A-Wien

Dr. Werner Goebel: Studium der Systematischen Musikwissenschaft in Wien, Promotion in Graz mit einer empirischen Arbeit zu relativem Timing im Klavierspiel. Über sechs Jahre arbeitete er in den computerwissenschaftlichen Teams von Gerhard Widmer am Österreichischen Forschungsinstitut für Artificial Intelligence in Wien und am Department für Computational Perception an der Universität Linz. Als Erwin-Schrödinger-Stipendiat erforschte er in Montreal mithilfe von Motion-Capture-Technologie kinematische und propriozeptive Zusammenhänge im Klavierspiel. Seit Ende 2009 lehrt er am Institut für Wiener Klangstil der MDW, wo er mittlerweile auch zwei FWF-Forschungsprojekte zu Klarinettenspiel und Ensemblesynchronisation betreut. Parallel dazu studierte er Klavier und konzertiert regelmäßig als Kammermusiker und Liedbegleiter (zuletzt in der Alti Hall in Kyoto, Japan).

Umgang mit Fehlern beim Musizieren und Unterrichten

MusikerInnen erleben den Umgang mit Fehlern vielfach angstbesetzt und wenig produktiv. In Lernprozessen bleiben individuelle Bedürfnisse oft unberücksichtigt. Negativ empfundene Fehlersituationen sind oft auf u.a. verengte behavioristische Sichtweisen, Kommunikationsdefizite in der Rückmeldung, mangelnde Selbstreflexion sowie fehlende fachliche Fehlerkompetenz und ungenügendes Strategiewissen zurückzuführen.

MusikerInnen wollen exzellente Leistungen zeigen und Fehler vermeiden. Gleichzeitig lernen sie aus Fehlern – auch Innovationen gelingen nicht ohne Risiko.

Wie lassen sich all jene Aspekte in eine produktive Fehlerkultur integrieren?

Wie können MusikerInnen mit Fehlern beim Musizieren und Unterrichten konstruktiv umgehen?

Was sind „gute“ und „schlechte“ Fehler?

Die Fehlerthematik wird aus der Perspektive der Musizier- und Unterrichtspraxis, Musikdidaktik, wissenschaftlichen Musikpädagogik sowie im interdisziplinären Kontext beleuchtet



Univ. Prof. Mag. Dr. Silke Kruse-Weber

A-Graz

Silke Kruse-Weber hat in Würzburg und München ihre Klavierstudien mit einem künstlerischen und pädagogischen Examen abgeschlossen. Ergänzend studierte sie Musikwissenschaft, Philosophie und Theaterwissenschaft. Ihre Promotion über die "Klavierpädagogik im ersten Drittel des 20. Jahrhunderts" erfolgte an der Ludwig-Maximilians-Universität München. Sie arbeitete viele Jahre an der Ludwig-Maximilians-Universität München - von 2007 bis 2010 an der Otto-Friedrich-Universität Bamberg. Seit dem WS 2010/11 ist Silke Kruse-Weber Professorin für Instrumental- und Gesangspädagogik an der Kunstuniversität Graz. Eine Publikationsliste findet sich auf der Homepage www.impg.at/igp.

Was kann man aus der Musikersprechstunde des INAP/O Osnabrück lernen?

In einer Fragebogenstudie wurden die Auswirkungen der physiotherapeutischen Behandlungen im Rahmen der Musikersprechstunde des INAP/O Osnabrück auf die Gesundheit der Musikerpatienten evaluiert.

Die Effekte der präventiven Ansätze und Gesundheitsförderung wurden mit dem Self-Assessment Questionnaire von Barton und Feinberg ausgewertet.

Der therapeutische Erfolg wurde anhand der subjektiven Beurteilung der gesundheitsbezogenen Lebensqualität anhand des SF-12 Health Survey und die Veränderungen der Schmerzsymptomatik durch den Deutschen Schmerzfragebogen beurteilt.



PT, BHealth Carolina Lares-Jaffé
BHealth; Malika Damian, BSc PT, MA;
Regine Lohss PT, BSc cand., Prof. Dr. med.
Christoff Zalpour
D-Osnabrück

Carolina Lares-Jaffé begann mit 8 J. Violine zu spielen, später lernte sie Saxophon, Mandoline u. Cuatro. Ihre Physiotherapieausbildung absolvierte sie in Venezuela, ihr Bachelorstudium in den Niederlanden. Danach arbeitete sie u.a. im European Institute of Sports and Arts Medicine in München u. aktuell im EFRE-Projekt MusikPhysio an der Hochschule Osnabrück.

Schmerzen beim Üben und Musizieren bei Kindern und Jugendlichen

Einige Studien zeigen, dass bereits bei Kindern und Jugendlichen Schmerzen beim Üben und Musizieren auftreten können (z.B. Ranelli et al. 2011; Kaczmarek 2012), die Erkenntnislage ist jedoch defizitär.

Die vorliegende Fragebogen-Studie geht anhand einer Stichprobe von ca. 360 InstrumentalschülerInnen der Frage nach, inwieweit Schmerzen beim Üben und Musizieren tatsächlich eine Rolle spielen. Ergänzend dazu wurden Eltern (N = ca. 300) und InstrumentallehrerInnen (N = 27) in Hinblick darauf befragt, ob und inwieweit ihnen bei ihren SchülerInnen und Kindern körperliche Beschwerden im Zusammenhang mit Üben und Musizieren aufgefallen sind.

Die Daten befinden sich gegenwärtig im Stadium der Auswertung, die Ergebnisse werden bis zum Symposium vorliegen.



Prof. Dr. Heiner Gembris
Sebastian Schua, PD Dr. med. Friedrich
Ebinger
D-Paderborn

Dr. Heiner Gembris ist Professor für empirische Musikpädagogik und Musikpsychologie an der Universität Paderborn und Leiter des Instituts für Begabungsforschung in der Musik (IBFM) an der Universität Paderborn

Zum Zungenstoß auf Blechblasinstrumenten

Täglich werden Trilliarden Zungenstöße auf Blechblasinstrumenten erzeugt. Während sehr viele menschliche Bewegungsabläufe bereits mit unterschiedlichsten Methoden untersucht und Höchstleistungen dokumentiert wurden, gibt es zum sogenannten Zungenstoß (der eigentlich ein Zungenrückstoß ist), so gut wie keine Studien. Die Tonerzeugung auf Blechblasinstrumenten basiert auf der Interaktion MusikerIn-Instrument, so dass der Vorgang des Tonanstoßes auch von beiden Faktoren bestimmt wird.

Der Fokus des ersten Teiles der Studie liegt auf den physiologischen Aspekten des Musizierenden: Wie schnell hintereinander können Töne gespielt werden, welche Ermüdungsfaktoren und andere Variablen (Alter, Geschlecht, Spielerfahrung, Muttersprache) haben einen prägenden Einfluss auf die Zungenschnellkraft ?

Höchstleistungen werden ermittelt, um in Folge als Grundlage für Leistungsoptimierungen und pädagogische Hinweise zu dienen. Hierzu wurden erstmalig Orientierungswerte über die Zungenschnellkraft und deren Ermüdung beim Spiel von schneller Einzel- und Doppelzunge erhoben.

Die Auswertung der gespielten Geschwindigkeit von jeweils 30 Sekunden Audioaufnahmen erfolgt halbautomatisch mittels BeatRoot (S. Dixon Beat Tracking System) in Millisekunden. Anschließend folgt die statistische Analyse mittels eigens programmiertem GNU-R Skripts.

Bisherige Ergebnisse zeigen (n=100), dass das durchschnittlich ermittelte maximale Tempo für 1/16 Noten in den ersten zwei Sekunden bei 120 bpm (Amateure) - 130 bpm (Stud. & Profis) bei der Einzelzunge liegt, und bei 165 bpm (Amateure) - 180 bpm (Stud. & Profis) bei der Doppelzunge. Einzelne Musiker spielen gar bis zu 13 Töne pro Sekunde (200 bpm).

In nachfolgenden Studien wird auf den Einfluss von Instrumentparametern eingegangen und die spieltechnischen Werte werden mit den akustischen Eigenschaften des Instruments korreliert werden.



Ao. Univ.-Prof. Mag. Dr. Matthias Bertsch
A-Wien

Ao. Univ.-Prof. Mag. Dr. Matthias Bertsch: Studium der Musikwissenschaft; Doktoratsstudium in den Fachbereichen Musikalische Akustik und Musikalische Physiologie. Von 1992 bis 2007 Mitarbeiter, ab 2003 stellvertretender Institutsvorstand am Institut für Musikalische Akustik (IWK). 2003 Habilitation im Fach „Musikalische Akustik“ an der Universität für Musik und darstellende Kunst Wien. 2007 Fortbildung zum Biofeedbacktrainer. Seit 2008 ao. Univ.-Prof. an der Abteilung Musik und Gesundheit. 2009 Mitbegründer und Präsident der Österreichischen Gesellschaft für Musik und Medizin (ÖGfMM). Eng mit der Musizierpraxis verbunden, sammelte er auch als Trompeter vielfältige Erfahrungen. Seine Schwerpunkte sind Forschungen zu akustischen, psychoakustischen und physiologischen Aspekten der Tonerzeugung auf Musikinstrumenten sowie Arbeiten zum Wiener Klangstil. Ziel ist die Optimierung von Übe- und Trainingsabläufen mit sensomotorischen und psychophysiologischen Methoden sowie die Schulung der Eigenwahrnehmung, um den erwünschten klanglichen Ausdruck mit dem Instrument zu erreichen.

Diagnostic Ultrasound of the Glenohumeral Joint and its Field of Application within the Physiotherapeutic Diagnostic and Treatment of Musicians

Zahlreiche wiss. Erhebungen belegen, dass Musiker überdurchschnittlich häufig von muskuloskelettalen Beschwerden betroffen sind. Unabhängig vom Instrument handelt es sich oft um Schmerzen im Bereich des Schultergelenkes bzw. der Rotatorenmanschette. In der Diagnostik der vielfältigen Schulterpathologien bedarf es, neben der unersetzbaren klinischen Tests, zur Absicherung im Erstkontakt mit dem Patienten bildgebender Verfahren. Bislang gibt es zu diesem Thema die Physiotherapie betreffend nur wenige Veröffentlichungen. Den Bedarf einer solchen weiterführenden Diagnostik zeigen Studien über die Hürden bei der Einführung des Erstkontaktes in der Physiotherapie in Deutschland. Diese Querschnittsstudie hatte zum Ziel, die Arthrosonografie am Bsp. des Schultergelenkes aus dem Blickwinkel der Physiotherapie als zusätzliches Assessment der physiotherapeutischen Musikersprechstunde zu evaluieren. Die Therapeuten der physiotherapeutischen Musikersprechstunde des Instituts für angewandte Physiotherapie u. Osteopathie (INAP/O) wurden aufgefordert, alle Patienten mit Schulterbeschwerden die im Interventionszeitraum von 6 Wochen die Musikersprechstunde durchliefen, an die Untersuchungsleiterin zu überweisen. Die überwiesenen Patienten wurden zeitnah mittels Sonografie von einer Physiotherapeutin untersucht. Zusätzlich wurden die teilnehmenden Musikertherapeuten im Anschluss an den Interventionszeitraum zu ihrer subjektiven Einschätzung dieser zusätzl. Untersuchung befragt. Diagnostischer Ultraschall kann in der Physiotherapie der Bestätigung oder dem Ausschluss klinisch gestellter Diagnosen dienen. In der klin. Untersuchung nicht diagnostizierte Befunde können durch den Ultraschall verifiziert werden. Die Therapeuten bewerteten den Einsatz der Sonografie in der Ergänzung und Absicherung ihrer klinischen Diagnostik ausnahmslos positiv. Die Studie konnte eine Reihe von Einsatzmöglichkeiten der Arthrosonografie am Schultergelenk in der physiotherapeut. Musikersprechstunde im Erstkontakt zeigen. Damit diese weiterführende Diagnostik im Rahmen der Physiotherapie Akzeptanz findet, ist es notwendig, weitere Studien mit größeren Kollektiven durchzuführen.



BSc PT Maria-Sophie Brückle

**Prof. Dr. med. Christoff Zalpour; Malika
Damian, BSc PT, MA**

D-Osnabrück

Maria-Sophie Brückle spielte während ihrer Schulzeit Gambe, Klarinette und Gitarre. Nach ihrer Ausbildung zur Physiotherapeutin studierte sie den Bachelor- Studiengang Ergotherapie, Logopädie und Physiotherapie an der Fachhochschule Osnabrück. 2011 arbeitete sie im INAP/O, u.a. in der Musikersprechstunde. Seit 2012 ist sie als Physiotherapeutin im Felix Platter-Spital in Basel tätig. In der Zukunft strebt sie eine Masterausbildung an, in der sie die Forschung mit dem diagnostischen Ultraschall vertiefen möchte.

Zwischen Denken und Fühlen

Instrumentale Spielhandlungen können vom Spieler auf unterschiedlichen Ebenen wahrgenommen, initiiert und reguliert werden. Die wesentlichen Steuerinstanzen sind den Bereichen des Denkens und Fühlens zuzuordnen.

Interozeption und Kognition bedingen sich gegenseitig, doch kann der momentane Fokus variieren.

Vor dem Hintergrund physiologischer, neurologischer und lerntheoretischer Fragestellungen werden unterschiedliche Herangehensweisen des Lehrens und Lernens betrachtet. Dabei wird versucht, eine Einordnung innerhalb des oben erwähnten Spannungsfeldes vorzunehmen.

Ob ein instrumentaler Bewegungsablauf besser durch Konzentration auf das Körpergefühl, durch Orientierung am klanglichen Ergebnis, durch eine optische oder mechanische Vorstellung, durch Bilder, Metaphern oder Analogien gelernt und gesteuert werden kann, hängt von dem jeweiligen Spieler, seiner momentanen Verfassung, der jeweiligen Anforderung und ihrer Vermittlung ab.

Durch eine Umfrage unter Musikern und Instrumentallehrern konnte ein Trend festgestellt werden, dass für neue Aufgaben bzw. Bewegungsformen zunächst oft kognitiv gelagerte Anweisungen bevorzugt werden, während für die Verfeinerung und Festigung der Fokus zunehmend auf propriozeptiver, kinästhetischer und mentaler Wahrnehmung liegt.



Mag. BA BA Erika Emans

Ao. Univ.-Prof. Dr. Matthias Bertsch

A-Wien

Erika Emans, geb. Remler, wurde in Seeon/Bayern geboren. Schulbesuch in Prien a.Ch. und München (Abitur). Mit neun Jahren begann sie Geige zu spielen, mit dreizehn wechselte sie zur Bratsche. Jungstudium in München. Ihr Studium (Instrumentalstudium sowie Instrumental(Gesangs)pädagogik Viola) absolvierte sie in Graz, Paris und Wien. Seit 2011 ist sie Mitglied der Neuen Hofkapelle Graz.

Auftrittsangst unter Musikstudierenden: Studien zu Verbreitung, Einflussfaktoren und Interventionsmöglichkeiten

Auftrittsangst ist ein unter Musikern weit verbreitetes Problem. In Befragungen professioneller Musiker gehören Auftrittsangst und die damit assoziierten Symptome zu den meist genannten Beschwerden. Das Phänomen tritt unabhängig von Alter, Geschlecht und Grad der Professionalisierung der Betroffenen auf und äußert sich in einer Vielzahl körperlicher, emotionaler und kognitiver Einschränkungen.

An der Universität Osnabrück wurde im Rahmen der Eignungsprüfungen am Institut für Musikwissenschaft und Musikpädagogik eine Befragung von 71 Studienbewerbern durchgeführt. Hier zeigte sich, dass 57% der Bewerber starke oder sehr starke Beeinträchtigungen berichteten, die durch Symptome von Auftrittsangst verursacht wurden.

In einer aktuellen, zweiten Studie wird die Situation der Studierenden im Hinblick auf Auftrittsängste umfassender erhoben. Dabei werden neben den auftretenden Symptomen und dem Grad der Beeinträchtigung durch diese Symptome die persönliche Auftrittsbiographie (z.B. eventuelle Schlüsselerlebnisse oder Phasen, in denen sich das persönliche Auftrittserleben maßgeblich verändert hat) erfragt. Ergänzend wird das Freiburger Persönlichkeitsinventar (FPI) genutzt, um Persönlichkeitsmerkmale wie Perfektionismus und Introversio festzustellen, die häufig mit einer Neigung zu Auftrittsangst in Verbindung gebracht werden.

Dadurch sollen einerseits bisher vorliegende Erkenntnisse zu Auftrittsangst und bestimmten Einflussfaktoren repliziert, und andererseits geeignete Teilnehmer für eine geplante dritten Studie identifiziert werden. Im Rahmen dieser Interventionsstudie soll von Auftrittsangst betroffenen Studierenden einen Kurs im mentalen Training für Musiker angeboten werden. In der begleitenden Datenerhebung werden die subjektiven Erfahrungen der Studierenden während und nach Abschluss dieser Maßnahme erfragt und in einem Prä-/Post-Vergleich von Auftritts-Videomitschnitten im Expertenrating auch objektive Effekte messbar gemacht.



Mag. Judith Erler
Univ.-Prof. Dr. Christoph Louven
D-Osnabrück

Autorin: Judith Erler, M.A. wurde 1982 in Hannover geboren, studierte Musikwissenschaft und Soziologie an der Universität Osnabrück und promoviert seit 2010 am Institut für Musikwissenschaft und Musikpädagogik der Osnabrücker Universität bei Prof. Dr. Christoph Louven zum Thema Auftrittsangst bei Musikern.

Co-Autor: Prof. Dr. phil. Christoph Louven, geb. 1966, Magisterstudium Musikwissenschaft, Pädagogik, Physik an der Universität zu Köln. 1993 Magister. 1990-1995 künstlerisches Zweitstudium an der Robert-Schumann-Hochschule Düsseldorf: Komposition (bei Dimitri Terzakis und Manfred Trojahn), Tonsatz und Klavier. 1998 Promotion. Nach Professuren an der Hochschule Magdeburg-Stendal und der Kath. Universität Eichstätt-Ingolstadt seit 2009 Professor für Systematische Musikwissenschaft an der Universität Osnabrück.

Dynamische Integration (DYNINTEGRA®), sensomotorische Bewegungslehre für den Musikunterricht

Die Dynamische Integration, „DYNINTEGRA®“ versucht das Instrument "KÖRPER" als Ganzheit beim Musikunterricht bzw. beim Spielen eines Instrumentes zu integrieren.

Mit dem "begreifenden" Lernen über den kinästhetischen Sinn und dem größten Sinnessorgan der Haut, erinnert und erweitert diese Methode das individuelle, fundamentale Bewegungsrepertoire. (Berühren-bewegen-spüren-lernen) Es werden zuerst im Liegen sanfte, passive Bewegungsmuster angeboten.

So wird von der "Basis" aus, eine Veränderung und Erweiterung über das Nervensystem leichter erreicht. Das „Muskelkleid“ wird ohne Schutzmuster (Schonhaltungen) ausbalanciert. Dadurch entwickelt sich eine „innere“ Sicherheit für ein besseres Gleichgewicht, mehr Potential und ein leichteres Lernen.

Das daraus entstehende Wirkungsspektrum: • Größere Geschwindigkeit und Leichtigkeit beim Spielen • Stressreduktion • Erweiterte und leichtere Beweglichkeit • Mehr Ausdauer • Weniger Lampenfieber • Ausgleichen eingeschränkter Bewegungs- und Haltungsmuster • Entwicklung für mehr Sicherheit • Besseres Selbstbild und Körpergefühl • Positive Beeinflussung vegetativer Funktionen, insbesondere der Atmung und der Psyche.

Durch jahrzehntelange empirische Erfahrungen unterschiedlicher methodischer Ansätze aus der physiotherapeutischen Praxisarbeit: insbesondere mit Feldenkrais, der Posturalen Integration (körperorientierte Psychotherapie), der med. Massage, den verschiedenen Trainingsmethoden aus dem Bühnentanzstudium wurde von Ruth und Heinz Grühling die Dynamische Integration zu einer eigenständigen Methode entwickelt. Über 25 jährige Erfahrungen als berufliche Fortbildung für Musiker und Musikpädagogen, Unterricht an Musikschulen in Deutschland, Österreich, Schweiz, Liechtenstein und am Landeskonservatorium Vorarlberg.

Seit 2009 gibt es das Unterrichtsfach „Dynamische Integration“ für den Musikunterricht an der Mittelschule in Bregenz. MEHR INFO: www.dynintegra.de



Dipl.art Thomas Gorbach
**Heinz Grühling; Ruth Grühling (D-
Buchenberg)**
A-Wien

RUTH GRÜHLING, Entwicklerin und Ausbildungstrainerin der Dynamischen Integration, Master of Posturale Integration, med. Masseurin u. med. Bad. | HEINZ GRÜHLING, Ausbildungstrainer für Dynamische Integration, Feldenkraispädagoge, Tanzpädagoge, Ballettmeister | Dipl.art. THOMAS GORBACH, geb.1966, IGP Oboe in Bern/CH. Erweiterungsstudium in Komposition, Dirigieren und Ensemble, 1993 Ausbildung zum Bewegungslehrer in der Dynamischen Integration bei Heinz & Ruth Grühling. Arbeitet in Wien seit 1998 als Musiklehrer für Computermusik und Ensemble und seit 2010 als Bewegungslehrer im Einzelunterricht.

Zeit und Raum zum Aufhorchen: Ich höre also sing ich

In einer Zeit der Umweltverschmutzung durch Lärm, der Dauerberieselung durch Musiclärm, der Bombardierung mit Techno-Bässen aus vorüberrollenden Autos, Zerstreuung durch Hold-the-line-Musik am Telefon, Dezibel-Anschlag auf unsere Hörorgane in Discos, bei Events und ähnlichem, schaffen wir Raum und Zeit für Stille. Ein Horchen nach Innen, ein aufmerksames Spüren unseres Körpers und ein entspanntes Lauschen nach außen bringen uns in Resonanz zu uns und den Mitmenschen. Die „Art de L'Écoute, Méthode François Louche“, setzt an dieser Sensibilisierung an, um den Menschen zur Entfaltung zu bringen. Das betrifft seine

- natürliche Musikalität,
- körperlich- geistige Beweglichkeit,
- Kreativität,
- Kommunikationsfähigkeit,
- seelische Entwicklung,
- sprachliche Ausdrucksfähigkeit.

Wahrnehmung ist immer ein aktiver Vorgang, bei dem äußere Reize beantwortet werden. Sie bezieht Empfindungen und Gefühle mit ein.

Für jeden Musiker ist der Unterschied zwischen Hören und Denken deutlich spürbar. Hören erzeugt eine natürliche Präsenz. Unser gesamter Körper und unser ganzes Wesen werden zum lebendigen Resonator. Beim Menschen drückt sich eine Resonanz immer auch psychisch aus. So können wir spüren, ob die Person neben mir ängstlich oder freudig ist.

Beim Zuhören entsteht eine Verbindung von Innen und Außen, mit der eigenen Stimme und mit der anderer Menschen und den Klängen der Welt. „Wenn mich eine Stimme an das erinnert, was ganz am Anfang von meinem Leben war, ernähre ich die tiefsten Strukturen in mir und kann alle Verhaltensweisen und Benehmen, die nicht nützlich sind, loslassen.“ (François Louche) Weniger ist mehr.

Auf-hören.



Ao. Univ.-Prof. Paul Hille
A-Wien

PAUL HILLE, a.o.Prof. für Musik- und Bewegungspädagogik / Rhythmik
Ausbildung: Klavier, Rhythmik und Schulmusik in Detmold. Diplôme supérieur de la Méthode Jaques-Dalcroze in Genf. In Frankreich Art de L'Écoute, in Wien Gesang und Ling Qi bei Johannes Romuald. Seit 1988 an der Universität für Musik und Darstellende Kunst in Wien: Klavierimprovisation und ihre Didaktik, Rhythmik. Langjähriger Lehrer für Gehörbildung und Musiktheorie an der Performing Academy Vienna. Kurstätigkeit in Europa, Russland, Japan, USA, Mexico. Komponist, Arrangeur, musikalischer Leiter diverser Bühnenwerke. Keynotespeaker: „Wir sind ganz Ohr“ beim AGMÖ-Kongress 2009. Organisator und Dozent von „Carpe Impro“ und beim Erasmus-Symposium „Hörraum 2012“.

Nervenkompressionssyndrome der oberen Extremität bei MusikerInnen

Professionelle Ausübung des MusikerInnenberufes erfordert ständiges Üben. Alleine um die Konzertreife zu erreichen sind durchschnittlich 10 000 Übestunden am Instrument notwendig. Das heißt 25 Noten/Sek. wiedergeben, bis zu 500 simultan erfolgte Bewegungen koordinieren, sowie 1200 Bewegungen/Min. ausführen. Aus diesem Grund gibt es bei MusikerInnen eine bestimmte Prädisposition zur Entwicklung neurologischer Beschwerden. Nervenkompressionssyndrome der oberen Extremitäten gehören zu den häufigsten berufsbedingten Beschwerden von MusikerInnen. Meistens entstehen sie an natürlichen Engstellen des Körpers, die entsprechend der Anforderungen des MusikerInnenberufes, durch falsche Übe-Technik, inadäquates Repertoire, nicht-ergonomische Instrumente sowie psychischen Stress zur Einengung des Nervs führen und diesen langfristig schädigen. Das Karpaltunnelsyndrom ist das häufigste Kompressionssyndrom (Einengung des N. Medianus im Bereich des Handgelenkes). Andere häufige Kompressionen betreffen den Ellenerv N. Ulnaris im Bereich des Handgelenks (auch Loge-de-Guyon genannt) und des Ellenbogens ("das narrische Bein", auch Sulcus Ulnaris Syndrom genannt) und den Plexus Brachialis (Nervenbündel, dass den Arm versorgt) im Bereich des Schultergürtels, was auch Thoracic Outlet Syndrom genannt wird. Oft wird ihr Entstehen schon im Frühstadium entdeckt.

Ein herkömmliches Vorgehen zur Diagnoseerstellung und Behandlung ist bei MusikerInnen nicht ausreichend, da die ÄrztInnen mit den besonderen Ansprüchen des MusikerInnenberufes vertraut sein müssen, um adäquaten Therapieerfolg möglichst ohne berufliche Einbußen zu erzielen. Mangelndes Verständnis für die Leiden der MusikerInnen was Symptome, Ausprägung der Krankheit und die Rolle des Instrumentes betrifft, macht die Entwicklung einer musikmedizinischen Ausbildung notwendig. Langfristig können nur musikphysiologische Ausbildung bei LehrerInnen und StudentInnen, Abkehr von Perfektionswahn, sowie Enttabuisierung von Beschwerden die MusikerInnengesundheit positiv beeinflussen.

SABRINA HOLZER wurde am 11.10.1989 in Wien geboren. Ihre schulische Ausbildung absolvierte sie im Lycee Francais de Vienne. Mit 16 begann sie ihr Studium an der Universität für Musik und darstellende Kunst Wien bei Prof. M.Wagner-Artzt. Sie ist Preisträgerin einiger Jugendmusikwettbewerbe. Im Rahmen internationaler Meisterklassen arbeitete sie mit erfahrenen Klavierpädagogen wie Prof. N.Flores, Prof. V.Kraiev, Prof. P.Badura-Skoda, Prof. R.Dalibaltayan und Prof. I.Fountain.

Seit 2007 studiert sie an der Medizinischen Universität Wien, wo sie ihre ersten Publikationen im Bereich der Neurochirurgie veröffentlichte. Mit Musikerkrankheiten setzt sie sich im Rahmen weiterer Forschungsarbeiten auseinander, die sie mit Dr. B.Riebl betreibt. Ihre Zukunft sieht sie in beiden Berufen: In Konzerten will sie gemeinsam mit ihren Zuhörern die faszinierende Welt der Musik immer wieder neu entdecken. Als Medizinerin will sie einen wichtigen Beitrag zur Etablierung einer Musikermedizin leisten.



Bakk. Sabrina Holzer

OA Dr. med. univ. Bernhard Riebl; Ao. Univ.-Prof. Mag. Dr. Matthias Bertsch

A-Wien

Psychophysiologische Reaktionen auf den gezielten Einsatz von Musik zur Schmerzreduktion nach luxierter Schambeinastfraktur bei multipltem Myelom

Falldarstellung einer 72jährigen Patientin mit multipltem Myelom, die nach luxierter Schambeinastfraktur und sehr schlechtem Allgemeinzustand im Rollstuhl zur Vorstellung ins AKH Wien kam. Sämtliche Mittel der Schmerztherapie waren zum damaligen Zeitpunkt bereits ausgeschöpft, ohne jedoch eine adäquate Schmerzstillung erzielt zu haben. Auch im SF-36 Health Survey zeigte die Patientin inferiore Werte in allen acht Domänen.

Mit der Patientin wurde vereinbart, Musik zur Unterstützung der Schmerzreduktion (Musikament nach Bernatzky) im Rahmen einer ersten Biofeedbacksitzung einzusetzen und dabei ihre (psycho)-physiologischen Funktionen zu dokumentieren.

Ergebnisse: Durch den Einsatz von Musik konnte bei der Patientin eine deutliche subjektive Schmerzreduktion und muskuläre Entspannung erzielt und ihr dies durch die Darstellung der (psycho)-physiologischen Parameter demonstriert werden. Die Patientin entschied sich nach dieser ersten Sitzung, Musik in ihren Behandlungsplan aufzunehmen.

Diskussion: Die Ergebnisse der Falldarstellung weisen darauf hin, dass Musik auch kurzfristig zur subjektiven Schmerzerleichterung und Entspannung beitragen kann, was mit (psycho)-physiologischen Methoden gut nachvollziehbar belegt werden kann.



Mag. Eva Hundstorfer
Sedghi Komanadj, T.; Cenik, F.; Keilani, M.; Crevenna, R.
A-Linz

**Mag. Eva Hundstorfer: Studium Musikerziehung /Englisch (Lehramt) an der Universität Mozarteum Salzburg und Paris Lodron Universität Salzburg mit Praxisfelderweiterung "Deutsch als Fremdsprache" (DaF)
PhD-Studium an der Universität für Musik und darstellende Kunst Wien (Musikwissenschaft)
Lehrtätigkeit an diversen Schulen
Lektorate an der JKU Linz und der FH OÖ (DaF)
Forschungsschwerpunkte: Musik im klinischen Alltag zur Schmerz- und Angstreduktion**

Manipulation der auditiv-sensomotorischen Kopplung mit einem elektronischen Klavier in der Rehabilitation bei Patienten nach Schlaganfall

Hintergrund: Kürzlich zeigte das musikunterstützte Training (MuT) sehr vielversprechende Resultate in der Rehabilitation der Motorik der oberen Extremität nach Schlaganfall. Die Mechanismen sind unbekannt. Hier wurde daher die Kopplung von auditiven und sensomotorischen Elementen beim Training am elektronischen Klavier durch die Einführung eines verzögerten Feedbacks manipuliert, um die Rolle der unmittelbaren auditiven Rückmeldung in der Verbesserung feinmotorischer Funktionen zu untersuchen. Zusätzlich wurde die Gemütslage als abhängige Variable evaluiert.

Methoden: 22 Patienten mit motorischen Beeinträchtigungen der oberen Extremität nach Schlaganfall (M 52 Tage, SD 65) erhielten ein Training feinmotorischer Funktionen am elektronischen Klavier (10 x 30Min) und wurden in zwei Gruppen eingeteilt. Eine Gruppe erhielt hierbei ein normales Feedback (NFB; n= 10), die zweite Gruppe erhielt ein randomisiert-verzögertes Feedback (DFB; n= 12) im Bereich 100-600ms. Das Design war ein Prä-Post-Design mit Messwiederholungen. Mit dem Nine Hole Pegboard Test (NHPT) und Finger-Tapping Messungen wurde die Feinmotorik beurteilt, mit der Faces-Scale und der Profile of Mood States (POMS) die Stimmung.

Ergebnisse: Beide Gruppen verbesserten sich signifikant in ihren motorischen Leistungen. Im NHPT, ohne Extremwerte gerechnet, verbesserte sich nur die DFB signifikant. In den Subskalen Niedergeschlagenheit/Angst und Müdigkeit des POMS zeigte sich ausschließlich in der DFB eine signifikante Reduktion.

Diskussion und Fazit: Ein verzögertes Feedback scheint dem unmittelbaren Feedback beim Klavierspiel nach Schlaganfall überlegen zu sein und könnte positive Effekte auf die Stimmung haben. Definitive Schlüsse können aufgrund von Limitationen der Arbeit jedoch nicht gezogen werden. Weitere Forschungsarbeiten sind notwendig, um potenzielle Effekte einer Manipulation von Aktion und Perzeption bei Schlaganfallpatienten zu verstehen.



BSc PT Tom Manuel Kafczyk
Floris van Vugt BSc MSc MSc PhD cand.;
Prof. Dr. med. Christoff Zalpour; Prof. Dr.
med. Dipl. mus. Eckart Altenmüller

D-Osnabrück

Tom Kafczyk wurde 1987 geboren und schloss im Jahr 2010 seine Ausbildung zum Physiotherapeuten ab. Er studierte hieraufhin Physiotherapie unter anderem an der Curtin University in Perth, Australien, und erlangte schließlich im Jahr 2012 den Grad Bachelor of Science an der Hochschule Osnabrück. Seit März 2013 leistet er einen entwicklungspolitischen Freiwilligendienst in der Gesundheitsarbeit in einem Krankenhaus in Indien. Während seiner Jugend spielte er selber Klarinette und Gitarre.

tom.kafczyk@hotmail.de

Slacklinetraining to improve sensorimotor skills in musicians - A pilotstudy

Background and Purpose: The majority of musicians suffer from musculoskeletal problems, which are causally related to playing an instrument. Beside the external risk factors and the personal characteristics, common reasons for developing problems are uncoordinated, uneconomic movements. Sensorimotor skills are an important foundation for making music, free of complaints. "Slacklining" provides all the features which set high demands on sensorimotor skills. The purpose of the pilotstudy was, to examine, if a three-week slacklinetraining can improve the sensorimotor skills of musicians.

Methods: 29 musicians were randomised in an intervention group (IG, n=15) and a control group (CG, n=14). Over a period of three weeks, the IG took part in a 20-minute slacklinetraining twice a week. The CG did not receive any intervention. In the pre- and post-assessment, the following parameters of sensorimotor skills were ascertained: sensorimotor regularization (S3-Check), stability (S3-Check), balance (BalensoSenso combined with Softbord) and body perception (short questionnaire of body perception).

Results: The post-measurements of the IG showed significant improvements of sensorimotor regularization, stability, balance and body perception. The CG showed significant improvements of stability and balance. The results of the CG indicated a lower level of significance than the intervention group.

Conclusion: The results show that slacklinetraining can improve the sensorimotor skills of musicians within a short period of time. By future studies it has to be clarified, how far the middle- and long-term effects of intervention could influence the abilities in playing music.



BSc OT Lena Kaisersberger

Prof. Dr. med. Christoff Zalpour; Carolina Lares Jaffé, PT, BHealth

D-Osnabrück

Lena Kaisersberger, Abitur 2006. 2009 Abschluss der Ausbildung mit dem Staatsexamen zur staatl. geprüften Ergotherapeutin. 2009 -2010 Tätigkeit als Ergotherapeutin ins Australien und Deutschland im Bereich Pädiatrie und Neurologie. 2010 Aufnahme des Studiums der Ergotherapie an der Hochschule Osnabrück. Bachelorarbeit zum oben genannten Thema, Auszeichnung mit dem „Study up Award“. Abschluss des Studiums im Januar 2012. Seit Febr. 2012 wiss. Mitarbeiterin im Forschungsprojekt IFFEK(t).

Musician's Embouchure: Improvement - Optimization & Restauration

Unter den Musikern sind es meistens die Bläser, die uns mit einem Zahnproblem aufsuchen. Die Problematik lässt sich folgendermaßen aufteilen:

1. Situationen nach Trauma
2. Situationen nach Zahnentfernungen
3. Situationen nach Änderung der allgemeinen Bisslage durch Kronen, Füllungen und neuen Zahnersatz
4. Änderungen der Frontzähne durch Füllungen
5. Änderung der Frontsituation durch Kronen, Brücken auf Implantate.



Dr. med. dent. Joachim Lahme
A-Dornbirn

Die Funktionslehre beschreibt heute genau die Kauphysiologie, in welcher die Zahn zu Zahn-Relation genau beschrieben ist:

1. Die Zentrik: Wie die Zähne im zentralen Zusammenbiss aufeinander passen sollten
2. Welche Zähne beim Kaufen aufeinander treffen müssen/dürfen
3. Welche Zähne beim Kauen sich keinesfalls berühren dürfen
4. Wie die Führung der Frontzähne beim Kauen idealerweise aussehen sollte.

Diese Kriterien sind bei allen Restaurationen - angefangen von der einfachen Füllung hin bis zur Implantatgetragenen festen Versorgung - genau zu berücksichtigen.

Exakte Diagnostik mit genau geplanter Vorausschau des Behandlungsteams ist dadurch unabdingbar.

Beim Bläser im Besonderen, da es nicht nur auf Reparatur oder feine Ästhetik ankommt, sondern man muss sich im Klaren sein, dass davon die Ausübung seines Berufes abhängig ist.

Es werden einige Beispiele unserer spezifischen zahnärztlichen Tätigkeit in diesem speziellen Metier aufgezeigt.

Dr. med. dent. Joachim Lahme [Jg. 1968] Matura Musikgymnasium Marktoberdorf Hauptfach Klavier [1968] Studium Theaterwissenschaften; Germanistik LMU München; Aktives Theaterspiel Off-Off-Theater München [1970] Studium Medizin und Zahnmedizin Ludwigs-Maximilian-Universität München; Studium Klavier bei Hilde Findeisen (Rich. Strauß-Kons. München) [1976] Examen Zahnmedizin [1978] Promotion zum Dr. med dent. Heinrich-Heine Universität Düsseldorf [1976-1980] kieferchirurgische Ausbildung u.a. beim Dt. Bundesheer als Stabsarzt [1980] Niederlassung in Lindau in freier Praxis. [1998] Mit 5 weiteren Ärzten Gründer der SMM – Schweizer. Gesellschaft für Musikmedizin (www.musik-medizin.ch) [2001] Niederlassung in Dornbirn in freier Praxis. Schwerpunkte: Funktion, Parodontologie, Kieferchirurgie, Ästhetische Zahnheilkunde, Endodontie, Implantologie, restaurative Zahnheilkunde, Musikermedizin. [2011] Klinikzulassung durch die Vorarlberger Landesregierung. [Seit 1976] Fortbildungs- und Referententätigkeit, [Seit 1992] Sachverständiger (Gerichts-Gutachten) der Landes-Zahnärztekammer Bayern-München.

The influence of the mastication organ on the locomotion system

Beim Begriff Ansatz Musikinstrument und Zahnarzt wird in der Regel nur an die Frontzähne gedacht. Dies ist oft auch die Problemstellung: Optimierung und Wiederherstellung der Zahnform für den Instrumentalansatz.

Weit mehr Schwierigkeiten mit dem Instrumentalansatz haben Musiker mit der Atmung und Körperhaltung, die sich auf den Instrumentalansatz negativ auswirken:

Einschränkung der Atmung, Verlust der Zwerchfellstütze, Ausweichen in Fehlhaltungen von Kopf, Schulter, Armen, Körperstatik bei allen Instrumenten ! Nicht-Bläser können Stress über die Zähne abbauen: Bläser können dies nicht !!

Stress und Overuse gehen dabei direkt über den Atlas in die Halswirbelsäule und von dort über die Schultern, Arme in Hand und Finger oder in das übrige Bewegungsorgan. Die Folge ist: es wird mehr und mehr gepresst, der Ansatz wird mehr und mehr variiert und gesucht, Mundstücke oder andere Hilfsmittel werden ständig ausgetauscht oder selber geschnitzt. Zeitweilige oder gar endgültige Invalidität steht ins Haus. Analysen von Atmung, Körperhaltung mit und ohne Instrument sind erforderlich. Es werden causal indizierte, systematische Programme durchgeführt, wie | 1. Prophylaxe – Programm für den Zahnerhalt zur Vorbeugung von: Parodontose und Zahnschäden. Es erhält dem Patienten bei konsequenter Mitarbeit die eigenen Zähne oder bereits durchgeführte Restaurationen bis ins hohe Alter. | 2. Prophylaxe – Programm „Musiker“ Befunde: Funktionelle Analysen Gebiß – Kauorgan systematisch Parodontalbefund, Kariesbefund, Funktionsbefund: Zusammenbiß, Kiefergelenke , Kaumuskulatur, je nach Erfordernis mit. | 3. Therapie-Programm causal und interdisziplinär mit Orthopädie, Neurologie, Physiotherapie etc. nach Computer Bewegungs – und Statik Analysen von Kiefergelenken, Halswirbelsäule, Wirbelsäule und Körperstatik.

Instrumentalansatz und Körperhaltung Haltungsanalysen mit oder am Instrument werden durchgeführt mit nachfolgendem Training und erforderlicher Korrekturen



Dr. med. dent. Joachim Lahme
A-Dornbirn

Dr. med. dent. Joachim Lahme [Jg. 1968] Matura Musikgymnasium Marktobendorf Hauptfach Klavier [1968] Studium Theaterwissenschaften; Germanistik LMU München; Aktives Theaterspiel Off-Off-Theater München [1970] Studium Medizin und Zahnmedizin Ludwigs-Maximilian-Universität München; Studium Klavier bei Hilde Findeisen (Rich. Strauß-Kons. München) [1976] Examen Zahnmedizin [1978] Promotion zum Dr. med dent. Heinrich-Heine Universität Düsseldorf [1976-1980] kieferchirurgische Ausbildung u.a. beim Dt. Bundesheer als Stabsarzt [1980] Niederlassung in Lindau in freier Praxis. [1998] Mit 5 weiteren Ärzten Gründer der SMM – Schweizer. Gesellschaft für Musikmedizin (www.musik-medizin.ch) [2001] Niederlassung in Dornbirn in freier Praxis. Schwerpunkte: Funktion, Parodontologie, Kieferchirurgie, Ästhetische Zahnheilkunde, Endodontie, Implantologie, restaurative Zahnheilkunde, Musikermedizin. [2011] Klinikzulassung durch die Vorarlberger Landesregierung. [Seit 1976] Fortbildungs- und Referententätigkeit, [Seit 1992] Sachverständiger (Gerichts-Gutachten) der Landes-Zahnärztekammer Bayern-München.

Spektralanalyse in der Musik und ihre Auswirkungen in Musiktherapiestudien (Therapie durch Musik)

Die Musiktherapie zählt wahrscheinlich zu den ältesten und unsystematischsten Fächern oder Praktiken. Die Heilpraktiken entstanden als Orpheus versuchte, die gefallene Schöpfung (Genesis) mit seinem Gesang zu zähmen oder zu heilen. Musiktherapie ist bis heute ein Feld zum Abtasten von Ungewissheiten geblieben, obwohl sich einige systematisierbare Ergebnisse profiliert haben.

Im Horizont dieses Abtastens kann der Eklektizismus nicht umgangen werden, weil jegliche Praxis uns zurückschickt, in die Tiefen der sozialen und individuellen Psyche. Ich werde einige bekannte Praktiken erwähnen, mit einem Zusatz an Klarheit; ich verbinde die Heilproblematik mit dem komponistischen Vorgang, vor allem für klassische Musik. Mir scheint es alarmierend und ich erwähne, dass die erwarteten Wirkungen der Musiktherapie schwächer werden in den Bedingungen von künstlerischer und nicht-künstlerischer Klangverschmutzung, die das normale Gebilde der Psychogenese des jetzigen Menschen stört und verfremdet.

Ich unterstreiche ebenfalls, dass die Essenz der Musiktherapie das Übertragen (Versetzen) zwischen untereinander abwechselbaren psychischen Dominanten ist. Die heutigen Erfolge der Musiktherapie betrifft einiger Musikgenres in der Epoche des Vorklassizismus und Klassizismus (siehe die „Mozart-Wirkung“) sind auch der Spektralanalyse zu verdanken, nämlich den Tieffrequenzspektren, der Entdeckung der Verteilung der Klangfrequenz $1/f$, in manchen Klangerscheinungen der Musik auf natürliche Weise enthalten.



MMag. Dr. Beldean Laurentiu
RO-Brasov/Kronstadt

MMag. Dr. Beldean Laurentiu: Geboren am 8.06.1970 in Brasov/Rumänien. | 1991-2009 – Studium der Komposition, Orchesterleitung, Musiktheorie und Musikinterpretationstheorie in Bukarest, München, Salzburg, Wien | seit 2005 – Promotionsstudium in Musiktheorie an der Universität für Musik und darstellende Kunst und am Institut für Musikwissenschaft Wien | 2001 – The 2001 INMC Composition Award der „International New Music Consortium“ der New York University | 2004 – Stipendium am Salzburger Mozarteum | 2005 – Stipendium an der UMDK Wien | seit 2007 – Mitglied ÖGZM, ÖKB | 1993-2009 – Konzerte, Aufnahmen in Rumänien, Österreich, Deutschland, Italien, als Dirigent und Komponist | 2001-2008 – Artikel, Musikchroniken in Kunstzeitschriften rumänischer Verlage | heute – Unterricht an der Musikhochschule Brasov in Komposition, Musik und Sprache, Chorleitung

Physiologische Anforderungen des Violinspiels - Eine systematische Literaturrecherche

Das Violinspiel erfordert sehr komplexe Bewegungsabläufe. Neben der asymmetrischen Körperhaltung sind komplexe Bewegungsabläufe mit differenzierter Feinmotorik erforderlich. Aufgrund der hohen physiologischen Anforderungen dieser Bewegungen kann es zu muskuloskeletalen Erkrankungen mit oft schwerwiegenden Folgen kommen. Häufig betroffen sind obere Extremität und Rücken.

Ein tiefgründiges Verständnis hinsichtlich der Bewegungen und Anforderungen beim Violinspiel ist wichtig, um mögliche Ursachen der Beschwerden herauszufinden.

Methode: Durchgeführt wurde eine systematische Literaturrecherche zum Thema Physiologische Anforderungen des Violinspiels. Grundlage bildete das Gesundheitskonzept nach Bös & Brehm (2006). Die darin aufgeführten physiologischen Anforderungen Kraft, Koordination, Ausdauer, Beweglichkeit und Entspannung wurden auf das Violinspiel übertragen. Ergebnisse: 26 Artikel erfüllten die Einschlusskriterien. Der Schwerpunkt der meisten Studien lag auf der Koordination beim Violinspiel.

Hier ging es überwiegend um das koordinierte Zusammenspiel zwischen linker Greifhand und rechter Bogenhand. Hinsichtlich der Kraftanforderungen wurde vor allem die Kraftausdauer thematisiert. Wenige Studien zeigten, dass durch jahrelange Spielpraxis Anpassungen an die erforderliche Gelenkbeweglichkeit stattgefunden haben. Mit der Entspannungsfähigkeit beschäftigte sich nur eine einzige Studie.

Schlussfolgerung: Der aktuelle Forschungsstand weist durchweg Studien mit niedrigem Evidenzlevel auf. Um sichere Aussagen treffen zu können, sind Studien von hoher methodischer Qualität mit adäquater Stichprobengröße und homogener Studienpopulation erforderlich.



BSc PT cand. Regine Lohss
Prof. Dr. med. Christoff Zalpour; Dirk Möller
D-Osnabrück

Regine Lohss absolvierte 2007 eine Ausbildung zur Physiotherapeutin an der Orthopädischen Universitätsklinik Heidelberg. Nach einer einjährigen Berufstätigkeit als Physiotherapeutin in einer Praxis begann sie das Bachelor- Studium im Bereich Physiotherapie an der Hochschule Osnabrück. Das Studium wird sie im Februar 2013 abschließen. Seit Mitte 2012 ist sie im Rahmen der Musikersprechstunde des INAP/O für die physiotherapeutische Behandlung von Musikern zuständig. Sie selbst spielt Geige und hat bereits in verschiedenen Orchestern, unter anderem auch solistisch, mitgewirkt.

Zürcher Zentrum Musikerhand (ZZM) im Aufbau - Hände verstehen, Instrumentalspiel erleichtern

Das Handlabor von Christoph Wagner, seinerzeit am Max-Planck-Institut für Arbeitsphysiologie Dortmund entwickelt und später im Institut für Musikphysiologie Hannover praktisch eingesetzt, wird seit 2009 an der Zürcher Hochschule der Künste (Bereich Musikphysiologie / Musik- und Präventivmedizin) neu aufgebaut und erweitert. Zu diesem Zweck wurde das Zürcher Zentrum Musikerhand (ZZM) gegründet.

Hier kann mittels der Biomechanischen Handmessung BHM ein individuelles Handprofil als Ergebnis einer aufwändigen, apparativ unterstützten Untersuchung instrumentenspezifischer Handeigenschaften erstellt werden. Mit der BHM gewinnt man ein objektives und differenziertes Bild von manuellen Vorzügen und Begrenzungen eines einzelnen Instrumentalisten hinsichtlich seines Instruments. Daraus können sich wichtige Anhaltspunkte für individuelle spieltechnische Lösungen und zur Prävention und Therapie von Überlastungserscheinungen und Berufskrankheiten ergeben.

Inzwischen ist die Computerisierung der Abläufe zügig fortgeschritten und neue Geräte konnten in den Messablauf integriert werden.

Das Zürcher Zentrum Musikerhand bietet Beratungen für Berufsmusiker, Musikstudierende und Musikschüler an. Das Handlabor wird weiterhin im Rahmen von nationalen Forschungsprojekten in Zusammenarbeit mit Eidgenössisch technischen Hochschulen und Universitäten eingesetzt und schrittweise modernisiert.



Dipl. Mus, MAS Oliver Margulies

Christoph Wagner (Hannover), Ulrike Wohlwender (Stuttgart) Jannis Wernery u. Horst Hildebrandt (Zürich)

A-Feldkirch

Dipl. Mus, MAS Oliver Margulies: Violinstudium bei Robert Zimansky und Adelina Oprean. Violastudium bei Hatto Beyerle. 2004 Ambassadorial Scholar (Rotary International Foundation). 2005 bis 2007 Mitglied UBS Verbier Festival Orchestra, 2005 Lucerne Festival Academy. Freiberufliche Tätigkeit in Schweizer Orchestern. Künstlerische Schwerpunkte auf Kammermusik und zeitgenössischer Musik. Seit 2007 Lehrer für Bratsche und Orchesterausbildung am Konservatorium Zürich. 2008 Zertifikat für Dispokinesis, seither Kurs- und Unterrichtstätigkeit. 2011 Abschluss Weiterbildungsstudium MAS Musikphysiologie (ZHdK). Seit 2009 Leitung musikpädagogisch-physiologischer Workshops beim Verband Zürcher Musikschulen (VZM) und Lehrauftrag am Vorarlberger Landeskonservatorium. 2009 Mitbegründung des Zürcher Zentrum Musikerhand. Ab 2010 Teilzeit-Forschungsassistent am Departement Musik, ZHdK.

oliver.margulies@bluewin.ch

Einführung eines musikphysiologischen Lehrangebots am Vorarlberger Landeskonservatorium Feldkirch

Hintergrund: Im Rahmen der Unterstützung des Feldkircher Studienangebotes durch die Zürcher Hochschule der Künste wurde auf Anfrage der Konservatoriumsleitung ein musikphysiologisches Lehrangebot für die Berufsausbildungsklassen konzipiert. Parallel dazu wurde eine Serie von Workshops zum Thema Haltung, Bewegung und Atmung am Instrument für Kinder und Jugendliche der Abteilung Begabtenförderung und Förderklassen entwickelt.

Ziel: Ziele waren der Aufbau und die Entwicklung eines Hochschul-Curriculums Musikphysiologie, dessen Evaluation und Vernetzung innerhalb des Konservatoriums sowie die Erstellung fundierter Unterrichtsmaterialien. Weiterhin wurde ein musikphysiologisches Lehrangebot für alle Altersstufen am Konservatorium angestrebt.

Methoden: Auf der Basis der mittels Fragebogen erhobenen Interessenlage der Studierenden bezüglich des Themas Musikphysiologie wurde das Konzept eines zweisemestrigen Kursangebotes erarbeitet. Nach Ende der Pilotphase wurden die Rückmeldungen der Studierenden mit einem weiteren Fragebogen evaluiert.

Ergebnisse: Die Auswertungen der Vorerhebung und Evaluation des Pilotprojektes zeigten ein breit gefächertes Interesse an musikphysiologischen Themen sowie eine breite Akzeptanz des Lehrangebotes. Nach Auswertung gelang die dauerhafte Verankerung als obligatorisches Lehrangebot.

Schlussfolgerung: Das grosse Interesse und die positiven Rückmeldungen geben die Möglichkeit zu einem weiteren Aufbau musikphysiologischer Lehrangebote in Feldkirch. Der Aufbau eines Netzwerkes von musikphysiologischen, medizinischen und psychologischen Fachpersonen wurde in die Wege geleitet.



Dipl. Mus, MAS Oliver Margulies
Horst Hildebrandt
A-Feldkirch

Dipl. Mus, MAS Oliver Margulies: Violinstudium bei Robert Zimansky und Adelina Oprean. Violastudium bei Hatto Beyerle. 2004 Ambassadorial Scholar (Rotary International Foundation). 2005 bis 2007 Mitglied UBS Verbier Festival Orchestra, 2005 Lucerne Festival Academy. Freiberufliche Tätigkeit in Schweizer Orchestern. Künstlerische Schwerpunkte auf Kammermusik und zeitgenössischer Musik. Seit 2007 Lehrer für Bratsche und Orchesterausbildung am Konservatorium Zürich. 2008 Zertifikat für Dispokinesis, seither Kurs- und Unterrichtstätigkeit. 2011 Abschluss Weiterbildungsstudium MAS Musikphysiologie (ZHdK). Seit 2009 Leitung musikpädagogisch-physiologischer Workshops beim Verband Zürcher Musikschulen (VZM) und Lehrauftrag am Vorarlberger Landeskonservatorium. 2009 Mitbegründung des Zürcher Zentrum Musikerhand. Ab 2010 Teilzeit-Forschungsassistent am Departement Musik, ZHdK.

The Pilates method in professional dance – a physiotherapeutical analysis

An examination of effects of Pilates training on spinal stabilization and mobilization on dancers, as well as on dynamic balance and health status. 16 professional dancers achieved an 8 week Polestar Pilates beginner mat training, 1 hour weekly.

Segmental spinal flexibility was measured by Schober- Ott- Test, activity of lumbar stabilization in supine and prone by Pressure Biofeedback Unit, Functional Reach Test, subjective rating of health status by questionnaire SF 12, special designed qualitative feedback questionnaire measures customers' satisfaction.



BSc PT Jasmin Mirza

Prof. Dr. med. Christoff Zalpour; Carolina
Lares-Jaffé, PT, BHealth

D-Osnabrück

Jasmin Mirza, Physiotherapeutin seit 2009. Begann im Alter von 5 Jahren klassisches Ballett, später eine semi-professionelle musikalische Ausbildung, sang in verschiedenen Chören und spielte Theater. Welche körperlichen Auswirkungen Pilates auf professionelle Tänzer hat, erforschte sie 2011 in ihrer Bachelorarbeit an der HS Osnabrück.

Entwicklung eines Betrieblichen Gesundheitsmanagements (BGM) in der Philharmonia Zürich

Die Arbeit von Musikerinnen und Musikern in einem Berufsorchester geht mit einer Vielzahl von Belastungs- und Stressfaktoren im physischen und psychischen Bereich einher. Lärm, hoher Konkurrenzdruck, Zwang zu extremer Gruppenarbeit mit geringem künstlerischen Gestaltungsspielraum, komplexe Führungsstrukturen und unregelmäßige Arbeitszeiten beeinflussen unter anderem die Leistungsfähigkeit und die Gesundheit der Musikerinnen und Musiker im Berufsalltag. Bis heute gibt es jedoch in keinem Schweizer Orchester ein systematisches Betriebliches Gesundheitsmanagement (BGM), wie es in vielen anderen Unternehmen bereits zum Alltag gehört. Ziel des vorliegenden Projektes ist es, in enger Zusammenarbeit mit dem Berufsorchester Philharmonia Zürich ein BGM zu entwickeln und es nachhaltig in die Prozesse und Strukturen des Orchesteralltages zu implementieren.

Das Poster beschreibt das methodische Vorgehen, geht auf die erhobenen Belastungen sowie Ressourcen der Befragten ein und zeigt auf, mit welchen personalen und organisationalen gesundheitsförderlichen Maßnahmen die Belastungen der Musiker und Musikerinnen zukünftig vermindert respektive die Ressourcen gestärkt werden sollen.



Lic. phil. Nadine Näpfl-Keller
MPH Monica Basler
CH-Luzern

MPH Monica Basler (CH-Luzern) Email: monica.basler@hslu.ch
Master of Public Health, seit 2009 Dozentin, Studiengangs- und Projektleiterin an der Hochschule Luzern - Soziale Arbeit im Kompetenzzentrum für Prävention und Gesundheitsförderung. Leitung verschiedener Forschungs- und Dienstleistungsprojekte im Themenbereich Betriebliches Gesundheitsmanagement (BGM). Assessorin Friendly Workspace Gesundheitsförderung Schweiz.

Lic. phil. Nadine Näpfl-Keller Email: nadine.naepfli@hslu.ch
Studium der Psychologie, seit 2010 Wissenschaftliche Mitarbeiterin an der Hochschule Luzern - Soziale Arbeit im Kompetenzzentrum für Prävention und Gesundheitsförderung. Mitarbeit bei verschiedenen Forschungs- und Dienstleistungsprojekten im Themenbereich Betriebliches Gesundheitsmanagement (BGM).

Work-related musculoskeletal disorders among string players - questionnaire results

Health problems of professional musicians regarding the kinetic system tend to be frequent and acute. Key factors responsible for string instrumentalists' overstrain include an incorrect body posture while playing (a constrained asymmetrical twist of the body and the neck spine); unnatural position of the upper limb (forearm in extreme supination); high frequency and movement repeatability of the right upper limb, right shoulder and elbow joints; persistent, though minor, muscle tensions without breaks for relaxation or regeneration.

The poster presents results of a questionnaire distributed among musicians in four professional orchestras in Poznan and Kalisz. 72 violinists, cellists, viola and double-bass players filled it in.

The results reflect the respondents' diseases, their number and kinds, places where they most often appear within the movement system, and their frequency in various age groups.

The study aims at establishing relationships between work intensity - relaxation balance and reported ailments.

We tested the influence of physical activity on the musicians' health. We also inquired about their musical activity and additional work (e.g. music schools' teachers).

Then, we undertook to find out what the access to specialist diagnosis was, and which therapy and regeneration methods were used.

We discovered a statistical relationship between instrumentalists' physical recreation of various kind and the number of their ailments. Besides, we noticed that overload of the movement system was psychosomatically grounded.

Finally, a survey is being conducted in all Polish symphony orchestras (n=42), as well as biomechanical and kinesiological examinations of right upper limb overload of violinists are underway.



Mag. Wiktoria Pawelec

Małgorzata Sierszeńska - Leraczyk

PL-Poznań

Wiktoria Pawelec, MSc. PT, DI: Graduated from Poznan University of Technology and University School of Physical Education, Poznan, Worker of the Department of Biomechanics, University School of Physical Education, Poznan, Poland. Junior lecturer in such faculties as Physiotherapy, Physical Education and Sport.

Research: clinical biomechanics; medical problems, overstrain and dysfunctions of orchestral musicians, esp. string instrumentalists; biomechanical measurements of violinists' and oboists' upper limb movement.

Małgorzata Sierszeńska-Leraczyk (Ph.D) has been affiliated at the Paderewski Academy of Music in Poznan since 1988, Assistant Professor at the Faculty of Composition, Conducting, Theory of Music and Eurythmics. Head of the Laboratory of Psychology of Music. She is particularly interested in family-related factors of music achievement, processes of music learning, brain functioning during various types of musical activity, the problem of stagefright in musicians and musicians' health. Moreover, she is a practising psychologist with expertise in musician psychology

wiktoriapawelec@o2.pl,leraczyk@ag.pl

Wärmekamerastudie zur Muskelaktivität beim Spiel asymmetrischer Instrumente

Asymmetrische Instrumente und die durch sie bedingten spezifischen Fehlhaltungen haben gesundheitliche Konsequenzen, was durch eine Reihe von Studien wissenschaftlich belegt ist. Im Rahmen einer zweiteiligen Studie soll ermittelt werden, ob die Verwendung von Kinesio-Tapes, die in den vergangenen Jahren bei SportlerInnen mehr und mehr zum Einsatz kamen, bei MusikerInnen mit muskulären Beschwerden zu einer rascheren Schmerzlinderung führen könnten, beziehungsweise ob solche Klebebänder auch zur Prävention und zur Unterstützung beim Musizieren dienen könnten.

Im ersten klinischen Teil, welcher Grundlage dieses Beitrages ist, geht es um die Detektierung der relevanten Muskelareale bei GeigerInnen, BratschistInnen und QuerflötistInnen. Das geschieht mit Hilfe von Aufnahmen, die mittels Wärmebildkamera erstellt werden und welche die aktiven, d.h. stärker durchbluteten Regionen gut und non-invasiv sichtbar machen.

Die präsentierten Zwischenergebnisse zeigen sowohl individuelle als auch instrumententypische Aktivierungsmuster. Die Muskelpartien, die sich bei allen MusikerInnen nach 30 bzw. 90 Minuten Spielen am meisten erwärmt haben, sind: Platysma, M. sternocleidomastoideus, M. trapezius (Pars descendens, Pars transversa), M. deltoideus, M. brachioradialis, M. palmaris longus, M. flexor carpi ulnaris sowie M. extensor carpi ulnaris.

An diesen Muskelpartien wird der zweite Teil der Studie mit EMG-Messungen ansetzen, in dem Möglichkeiten der Prävention und Therapie von MusikerInnenbeschwerden mittels Kinesio-Taping ermittelt werden sollen.



Mag. Bakk. Marija Podnar
Ao. Univ.-Prof. Dr. Matthias Bertsch
A-Wien

Marija Podnar ist PhD-Studentin in Fach Musikalische Akustik – Musikphysiologie bei Prof. Dr. Matthias Bertsch, und Prof. Dr. med. Christoff Zalpour (Osnabrück) an der Universität für Musik und darstellende Kunst Wien, wo sie auch ihre IGP Bakkalaureats- (Querflöte, Klavier) und IGP Magister- Studien (Querflöte, Musikphysiologie) mit Auszeichnungen abschloss. Sie absolvierte außerdem Konzertfach- und Pädagogik- Querflötenstudien an der Musikakademie der Universität Zagreb und war Preisträgerin mehrerer Querflöten Wettbewerbe in Kroatien. Darüberhinaus absolvierte sie ein Physiotherapie-Studium an der Medizinischen Hochschule Zagreb. Marija Podnar ist SYLFF Fellow. Sie macht zudem Fortbildungen als Physiotherapeutin in Wien, um sich in Richtung Rehabilitation für MusikerInnen nach Verletzungen oder Berufserkrankungen zu spezialisieren.

Abstracts Musicosophia – Musik bewusst hören

Selbstorganisiertes Lernen ist mir als Dyslexietherapeutin ein zentrales Anliegen. Ebenso sind förderliche Bedingungen für Kinder, bevor sie Schreiben und Lesen lernen, zentral für ihre gesamte Entwicklung.

Im Vorschulalter bietet „Musikosophia“ musikalische Impulse, die einen leib-körperlichen Zugang zu Rhythmus, Melodie und Bewusstheit für musikalische Einheiten schaffen. Der Prozess, in dem sprachliche Einheiten in der gesprochenen Sprache erkannt werden (Entwicklung der phonologischen Bewusstheit) kann durch das bewusste Musikhören wesentlich ergänzt werden.

Die oft ungenaue Trennung zwischen Worten – Wo hört ein Wort auf -, die Rhythmik von Wörtern, das leib-körperliche Empfinden dafür, was ist ein lang- oder kurzgesprochener Laut, die Unterscheidung zwischen „harten“ und „weichen“ Lauten, für all diese legasthenen Schwierigkeiten finden sich in der Musik Parallelen.

Nicht als Therapieart vielmehr als musikalische Bildung bereitet das aktive Hören von Musik, das bewusste Hinhören, Verstehen, Benennen, das gestische Ausdrücken den Boden für das Verstehen von Lauten, Wörtern, Texten, Sprache und sprachlichen Mitteilungen – inklusive den nonverbalen Elementen schlechthin. Die 7 Stufen des Musikverstehens:

1. Die dreifache Stille (vor, bei, nach dem Hören)
2. Bewusstmachen der Höreindrücke durch Mitsingen, Mitpfeifen
3. Der Musik Fragen stellen
4. Struktur/Abschnitte eines Musikstücks erkennen
5. Benennen einzelner Abschnitte
6. Melodische Linien der Musik zeichnen
7. Melodische Linien in Gebärden umsetzen

Die Beziehung Komponist-Musiker-Zuhörer bildet den Ausgangspunkt. Aufgabe ist: sich in das Werk eines anderen hinein zu versetzen, zuzuhören, Sinn und Bedeutung zu verstehen und den eigenen Ausdruck in Bezug darauf zu finden.



Dr. Christine Richter

Prof. Andreas de Bruin

D-München

Christine Richter, geboren in Torgau (1955), musikliebend, bewegungsfreudig und immer neugierig darauf, was im Kopf eines Kindes vorgeht, wenn es lernt. Diplom-Pädagogin und promoviert über die frühe Eltern-Kind-Beziehung, tätig als selbstständige Dyslexietherapeutin in München und beratend für Teams von Kindertageseinrichtungen zu pädagogischen Inhalten. Der Blick ist gerichtet auf die Prävention von Legasthenie und die Förderung von Vorläuferfähigkeiten des Schriftspracherwerbs. Ich sehe im bewussten Hören von Musik einen erweiterten Zugang zur Ausbildung der phonologischen Bewusstheit, bei der Bestandteile der gesprochenen Sprache bewusst unterschieden werden. Schwerpunkte in der Beratung: Musik, Kunst, Kultur; derzeit in Auseinandersetzung mit der Reggio-Pädagogik. Kontakt: www.legasthenie-richter.de

Die Rolle der Lautstärke bei Gänsehaut-Effekten durch Musikhören

Bisherige Studien zu Gänsehaut („chills“, z.B. Nagel et al., 2008) haben gezeigt, dass die Veränderung der Lautstärke einen direkten Einfluss auf die Frequenz von Gänsehaut-Erlebnissen beim Musikhören haben könnte.

In der aktuellen Untersuchung wird die Lautstärke der Musik in verschiedenen Frequenzbereichen systematisch verändert, um den Zusammenhang zwischen Lautstärke und Chill-Frequenz zu untersuchen.

Weitere musikalische Parameter werden analysiert und in die Auswertung einbezogen. Die Ergebnisse werden vorgestellt.

REF: Nagel, F., Kopiez, R., Grewe, O. & Altenmüller, E. (2008). Psychoacoustical correlates of musically induced chills. *Musicae Scientiae*, 7(1), 101-113.



MA Aileen Ritter
Univ.-Prof. Dr. Christoph Reuter
A-Wien

MA Aileen Ritter: Seit Ende 2012: Doktorat Musikwissenschaft, Universität Wien
2012 Masterabschluss Musikwissenschaft, Universität Osnabrück
2009 Bachelorabschluss Cognitive Science, Universität Osnabrück

Lola, das kleine Cello

... da gibt es ein kleines Cello, was sich nichts sehnlicher wünscht, als einfach einmal in den Arm genommen zu werden. Es träumt vor sich her, hat also Träume und Wünsche...erlebt aber auch viele Situationen, die auch - uns - im normalen Alltag begegnen oder begegnen könnten...

Halten wir an unseren Träumen oder gar Wünschen fest ? Oder resignieren wir bei den ersten Schwierigkeiten?

Es erzählt von einer Freundschaft, die Unglaubliches möglich macht.

Der Alltag ist so manches Mal ziemlich hart...ist egal in welchem Bereich und in welcher Altersstufe...Aber genau das ist unsere Herausforderung in diesen Situationen zu wachsen und nicht zu resignieren.

Wie kann man sich selbst akzeptieren, wenn man nur - Blödmann, Versager, Nichtsnutz, Unbegabt, zu hören bekommt oder gar beim einfachen Anschauen durch Missachtung, Ausgrenzung - Isolation - Ausnutzung, erfährt...?

"Lola, das kleine Cello" möchte all diesen Fragen ganz persönlich und individuell begegnen.

Was ich mir wünsche ist, dass die Fülle an sozial - und sonderpädagogischen Inputs dieser Buchreihe jeden mag etwas verändern...

Noch besser wäre es, diese Geschichten derart zu verinnerlichen, dass man sofort - immer und überall - diese Geschichten - für alle möglichen Situationen bereit hat.

Eigentlich sind alle unsere Lebensbereiche voll von Musik; aber entdecken wir sie oder nehmen wir diese überhaupt wahr...?

Musik - das Tor, um unsere Seele klingen zu lassen...



Agnes Schöchli

CH-Hinwil

Agnes Schöchli: Aufgewachsen an der ostdeutschen Ostseeküste, Tochter einer Grossfamilie, eroberte sich bereits als Kind den Zugang zur Musik auf eigene und vielfältige Art und Weise. Die Faszination der Klänge mit dem persönlichen Leben in Verbindung zu bringen, war für sie schon sehr früh eine grosse Leidenschaft.

Die Schweizer Pädagogin ist bestrebt, durch das Tor der Sonderpädagogik, dem Kind jeden Alters und jeder sozialen Herkunft die Liebe zur Musik nahe zu bringen und dessen Alltag im Zusammenhang mit der Musik erfolgreich durchzugehen.

Kreativität und Motivation: Ansätze für den Orchesterbereich?

Das Erkennen der gesundheitlichen Bedeutung von Kreativität und Motivation hat zur Entwicklung modifizierter Konzepte für die betriebliche Gesundheitsförderung geführt.

Ressourcenorientierung und optimierte Rahmenbedingungen werden stärker beachtet, um die individuelle und kollektive Motivation zu steigern, einhergehend mit Gesundheitsförderung und Leistungssteigerung.

Viele dieser Ansätze sind auf unsere Berufsorchester übertragbar. Individuelle Möglichkeiten, förderliche Ausbildungsfaktoren, Arbeitsplatzmerkmale sowie organisatorische, strukturelle und teambezogene Faktoren im Orchester werden diskutiert sowie Defizite und Lösungsansätze aufgezeigt.



Prof. Dr. med. Maria Schuppert
D-Detmold

Prof. Dr. M. Schuppert leitet das Zentrum für Musikergesundheit der Hochschule für Musik Detmold. Als Ärztin und Hobbymusikerin engagiert sich besonders in der musikphysiologischen Lehre und in der Vorbeugung und Behandlung musikerspezifischer Erkrankungen. Sie ist derzeit Präsidentin der DGfMM.

Focal Dystonia: Diagnosis and Treatment from a physiotherapeutical point of view: a systematic review

Dystonia is a movement disorder characterized by involuntary muscle contractions, leading to an abnormal movement and posture of the involved body part. This functional disorder has especially for musicians, a significantly impact on their career and quality of life. Treatment strategies differ significant, due to the fact, that the patho-physiological mechanisms leading to dystonia are not entirely clear. Also, there is an armamentarium on therapeutic interventions seeking to rehabilitate the function and release the symptoms.

In this systematic review, we attempt to cover the different strategies used by physiotherapists for evaluation and treatment of dystonia. Method A systematic review was performed and the articles were evaluated by the EBRO scale. Databases like Medline, PEDro, university libraries and search engines as DIMDI were used for the search of the topic.

Diagnosis of FD includes: * Observation (esp. of the instrumental play or the affected task) * Complete assessment using different rating scales (see below) * Differential diagnosis to exclude diseases other than primary dystonia - Treatment of FD includes: * Specific or unspecific sensor-motoric re-training * Use of splinters * Application of extracorporeal shockwave or TENS

The level of evidence in most of the studies is B or C on the EBRO scale, and only two reports with level A2 were found, which are outrageous making a precise statement of the aim of the study.

Many of those case studies combine different treatment strategies, what aggravates the recognition of a single effect. To improve the quality of treatment for this difficult disorder, more precise information about the patho-physical parameters of dystonia coming from the medical centers that have a good expertise in treating patients with dystonic disorders could be beneficial.



BSc PT Felix Sielermann

Prof. Dr. med. Christoff Zalpour; Prof. Dr. Eckart Altenmüller

D-Osnabrück

BSc PT Felix Sielermann: Since I was eight years old I practiced drumming and later I learned to play the saxophone and the guitar. I finished my education as a physiotherapist in 2007 and graduated as B. Sc. in 2012. From 2010 till 2012 I worked in the Institute for applied physiotherapy & osteopathy. My primary objective was the treatment of music students (pop, jazz, classic, musical). I analyzed the instrumental play, improved the posture and developed an appropriate therapy which included manual therapy, general physiotherapy and health promotion. I worked as a first contact practitioner and determined the way and amount of therapy.

Study design for a longitudinal study about the general and specific health status of music students

The study design: Presumably for a 5-year-period, voluntary music students and students of other subjects should be included for the first physical examination within their first semester.

The quality of life is measured by the Short-Form-36 Health Survey, the sense of coherence by the sense of coherence scale, the head posture by measuring the cranio-vertebral angle, the cervical range of motion by the CROM-instrument, the postural stability by a force plate and the cardiorespiratory fitness by the Astrand cycle ergometer test.

A second measurement should be done during the students' last semester.



BSc PT Yvonne Stein

**Prof. Dr. med. Christoff Zalpour; Malika
Damian, BSc PT, MA**

D-Osnabrück

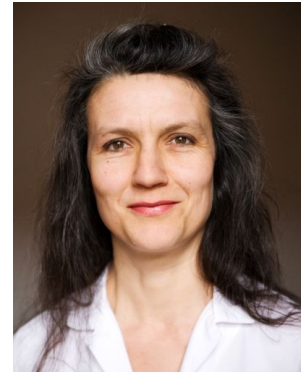
Yvonne Stein ist seit 2006 Physiotherapeutin. 2010 hat sie ihre Bachelorarbeit zum Thema „Studiendesign für eine Längsschnittstudie zum allgemeinen und spezifischen Gesundheitszustand von Musikstudenten“ an der Hochschule Osnabrück geschrieben.

Prozessorientierte Gesangspädagogik als missing link zwischen Körpertherapie und Gesang

Mittlerweile gibt es in diversen Körpertechniken viele Möglichkeiten zu lernen, wie man in Bewegungen achtsamer mit seinem Körper umgeht, weniger macht, eher geschehen lässt. All diesen Techniken ist gemeinsam, dass sie lieber einen nachhaltigen, individuellen Lern-Prozess initiieren wollen, als ein von außen vorgegebenes, punktgenaues Lern-Ziel zu erreichen. Doch gerade um eine präzise Punktlandung geht es häufig beim Musizieren, erst recht, wenn man nach Noten spielt. Wie lässt sich dieser Konflikt lösen?

In der prozessorientierten Pädagogik ersetzen wir nicht "falsches" Verhalten durch "richtiges", sondern wir bieten dem Körper Varianten, aus denen er sich dann die für ihn momentan günstigste herausuchen wird. Dies geschieht über Fragen, die die Körper- sowie die Klangwahrnehmung anregen. So werden individuelle Lösungen gesucht, die sich je nach Situation wieder erweitern lassen.

Aber wir bleiben nicht dabei stehen, unsere Körpermuster zu erweitern, sondern vernetzen die Bewegung immer mit dem Hören. Ein sehr zugewandter und differenzierter Umgang mit dem eigenen Klang erlaubt es uns dabei, uns ständig weiter zu entwickeln, ja, der Klang wird zur Orientierungshilfe, indem er sich positiv mit den neuen Phonationsmustern rückkoppelt. Schritt für Schritt vernetzen sich so neue Bewegungsfolgen mit dem dazugehörigen Klang, von der Einton-übung bis zur Arie.



Uta von Kameke-Frischling

D-Berlin

**Uta von Kameke-Frischling: Freiberufliche Sängerin und Gesangspädagogin, u.a. Musikschule Friedrichshain-Kreuzberg, Berlin
Schule für Logopädie am CharitéCampus, Berlin
Studium der Gesangspädagogik bei Ruth Riedel an der HfK Bremen
3jährige Ausbildung am Institut für Angewandte Stimmphysiologie, Lichtenberg/Odw. bei Gisela Rohmert
Zahlreiche Fortbildungen in Feldenkrais, Sensory Awareness, Alexandertechnik, Eutonie, Yoga, Qi Gong, Üben im Flow u.a.
Mitbegründerin und Künstlerische Leiterin des Kulturfestivals „Ribbecker Sommernacht“ (Ribbeck/Havelland)**

uta-von-kameke@gmx.de

Auswirkung des Slacklinetrainings auf die Sensomotorik bei Tänzern - Eine empirische Studie

Hintergrund und Ziel: Die jahrelange Ausübung des Tänzer-Berufs ist nur mit einem relativ gesunden und voll funktionsfähigem Körper möglich. Berufstänzer sind Künstler und Hochleistungssportler zu gleich, weshalb akute und chronische Verletzungen nicht auszuschließen sind, deren Folgen häufig Defizite der Gleichgewichts- und Koordinationsfähigkeit sowie Stabilität sind. Um Verletzungen vorzubeugen oder nach Verletzungen wieder voll einsatzfähig zu werden ist deshalb das Wissen über optimale Betreuung von großer Wichtigkeit. Ziel der Studie war es, zu untersuchen, ob Slacklinetraining dem Tänzer diese Möglichkeit bietet und sich positiv auf die sensomotorischen Fähigkeiten eines Tänzers auswirkt.

Methoden: Eine Gruppe von 9 gesunden Tänzern bekam in einem Zeitraum von drei Wochen, zwei Mal die Woche für 25 Minuten Slacklinetraining. Anhand von Tests wurden innerhalb einer Eingangs- und Abschlussmessung Daten über die sensomotorischen Fähigkeiten ermittelt. Angewendet wurden der Star Excursion Balance Test für die dynamische Stabilisationsfähigkeit, der Stork Stand Balance Test und der Einbeinstand (mit offenen/geschlossenen Augen) auf der Kraftmessplatte für die quasistatische Gleichgewichtsfähigkeit und der Zweibeinsprung auf der Kraftmessplatte für die Kraftentwicklung.

Ergebnisse: Lediglich der dynamische Stabilitätstest konnte signifikante Ergebnisse aufzeigen. Die Ergebnisse der quasistatischen Tests zeigen Tendenzen einer Verbesserung jedoch ohne signifikante Ergebnisse. Der Test zur Ermittlung der Kraftentwicklung ergab eine Kraftverminderung der Tänzer, zeigte jedoch eine Verringerung in der Asymmetrie im Absprung.

Schlussfolgerung: Die Ergebnisse lassen Vermutungen zu, dass das Slacklinetraining sich bei gesunden Tänzern positiv auf die Stabilität der unteren Extremität auswirkt. Weitere Studien mit größerer Stichprobe und einer Kontrollgruppe sind jedoch notwendig. Auch die Effektivität bei Tänzer mit Verletzungen ist zu klären.



BSc PT Uthay Vongkhamchanh
D-Osnabrück

Uthay Vongkhamchanh hat an der „Akademie für Gesundheitsberufe Heidelberg“ seine Physiotherapieausbildung absolviert. Während der Ausbildung sammelte er praktische Erfahrungen in den unterschiedlichen Fachbereichen der Universitätskliniken Heidelberg. Nach erfolgreichem Abschluss im Oktober 2010 begann er das Studium „Bachelor of Science in Ergotherapie, Logopädie und Physiotherapie“ an der Hochschule Osnabrück. Selbst als leidenschaftlicher Tänzer befasste er sich in seiner Abschlussarbeit - „Auswirkung des Slacklinetrainings auf die Sensomotorik bei Tänzern – Eine empirische Studie“ - mit einem musikermedizinischen Thema und der Gesundheit des Tänzers. Das Studium konnte er im Juli 2012 erfolgreich abschließen.

Gemütliche Posterbegehung

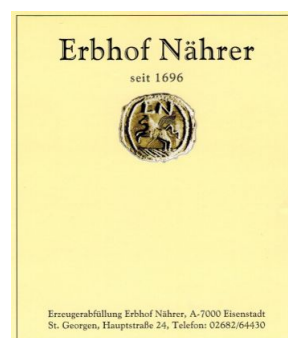
Dieser Abend bietet eine gute Gelegenheit, in Ruhe über die zahlreichen Beiträge zu sprechen.

Die Poster sind ganztags ausgestellt, die Kurzvorträge stellen die Beiträge vor.

Von 19:30 bis 20:30 Uhr finden Sie die AutorInnen der Poster bei Ihrem Werken.

Dieses "Come Together" soll gemütlichen Raum und die Zeit geben, die Posterbegehung und Fachgespräche mit Weinproben und Fingerfood zu verbinden.

(Gegen 21:15 Uhr schließt die Universität)



Besser hören. Besser leben.



Doppelbelastung in der Ausbildung musikalisch (hoch) begabter Jugendlicher

Die Forschungsarbeit untersucht das subjektive Stressempfinden und Coping-Verhalten musikalisch (hoch)begabter Jugendlicher, die neben der Regelschule ein Musikstudium absolvieren. Zudem wird die Sichtweise ihrer engsten Bezugspersonen (Familienmitglieder, Freunde, Schul- und Instrumentallehrer) erhoben.

Mittels Einzelinterviews sowie standardisierten Fragebögen (u.a. ILK, Mattejat & Remschmidt, 2006) wurden bislang 15 Jungstudenten des Detmolder Jungstudierenden-Instituts und deren Eltern befragt.

Die Ergebnisse zeigen, dass die Jungmusiker häufig Probleme in den Bereichen 'Schule', 'körperliche Gesundheit' und 'soziale Kontakte' haben. Ferner sind die Jungstudenten mit alltäglichen Mehrfachbelastungen konfrontiert, deren Bewältigung nur mit Unterstützung ihrer Eltern möglich ist.



M.Sc., Dipl.-MTH (FH) Andreas Heye

D-Paderborn

Andreas Heye, M.Sc., Dipl.-Musiktherapeut (FH), ist seit 03/2009 Wissenschaftlicher Mitarbeiter am Institut für Begabungsforschung in der Musik (IBFM) der Universität Paderborn. Neben der Mitarbeit an aktuellen Forschungsprojekten promoviert er zum Thema „Doppelbelastung in der Ausbildung musikalisch hochbegabter Kinder und Jugendlicher“.

Stress, Entspannung und Musik – ein neurobiologisches Update

Stress ist ein allgegenwärtiges Phänomen. Schlafstörungen, Burn-Out, Herz-Kreislauferkrankungen gehören zu den häufigsten stressinduzierten Symptomen und Erkrankungen.

Der „richtige“ Umgang mit Stress stellt daher eine der wichtigsten präventiven Aufgaben des Gesundheitssystems dar. Musik hören ist eines der am häufigsten angewendeten Entspannungsverfahren. Doch auch heute noch gilt, was H. Gembris vor 25 Jahren konstatierte: „Zwischen dem breiten Spektrum der Anwendung der Musik zur Entspannung und dessen theoretisch-empirischer Fundierung besteht [...] eine bemerkenswerte Kluft“.

Dieser Vortrag hat zum Ziel, diese Kluft zu verkleinern. Ausgehend von aktuellen neurobiologischen Befunden soll ein Modell vorgestellt werden, das die entspannungsfördernde Wirkung von Musik erklärt.

Implikationen für die Musiktherapie werden diskutiert.



Univ.-Prof. Dr. med. Thomas Stegemann

A-Wien

Univ.-Prof. Dr. med. Thomas Stegemann: Professor für Musiktherapie (Dipl.-Musiktherapeut), Facharzt für Kinder- und Jugendpsychiatrie und Psychotherapie. Gitarrenstudium in Los Angeles, USA. Medizinstudium. Aufbaustudium Musiktherapie an der Hochschule für Musik und Theater, Hamburg. Von 2002 – 2010 Wissenschaftlicher Mitarbeiter an der Klinik und Poliklinik für Kinder- und Jugendpsychiatrie und Psychotherapie des Universitätsklinikums Hamburg-Eppendorf; zuletzt leitender Oberarzt.

Frustration bei Orchestermusikern: zu viel Fremdbestimmung, zu wenig Eigenverantwortung

Aus meiner 40 jährigen Berufserfahrung als Hornist in einem Opernorchester und meiner Leitungsfunktion in der Deutschen Orchestervereinigung (DOV), habe ich versucht Gründe zu finden, warum bei Orchestermusikern die Frustration so hoch ist.

Am Ende zeige ich auch Lösungsvorschläge auf.



Willibert Steffens

Deutschen Orchestervereinigung (DOV)

D-Münster

DOV Willibert Steffens 1950 geboren und seit 1972 im Orchester (Köln, Duisburg, Nürnberg und zur Zeit in Münster). Sprecher der Orchesterkonferenz NRW, stellvertr. TVK Vorsitzender in der Deutschen Orchestervereinigung (DOV) und Vorsitzender der AG Gesundheit und Prophylaxe.

Schmerzminderung durch Musikexposition (klinische Studie)

Zahlreiche Studien haben bisher belegt, dass Musik eine äußerst positive Wirkung auf den Menschen haben kann. Auch im medizinischen Bereich wird es als erwiesen angesehen, dass der Einsatz von Musik positive Wirkungen erzielen und je nach Kontext dem Patienten auch Behandlungen erträglicher machen kann.

Mithilfe einer randomisierten, kontrollierten Interventionsstudie soll das Einsatzgebiet von Musik im Krankenhaus rund um einen Operationsverlauf als nachhaltige, kostengünstige und vor allem schonende Maßnahme konkretisiert werden. Es wurde untersucht, inwiefern Patienten, die sich einer geplanten offenen Hernienoperation unterziehen, vom Hören selbst gewählter (n = 50) bzw. standardisierter Musik (n = 50) im Vergleich zu einer Kontrollgruppe (n = 50) profitieren. Als Messparameter wurden Selbsteinschätzungsbögen (VAS-Score), der individuelle Schmerzmittelverbrauch und Vitalparameter herangezogen.

Ziel der Studie war der Nachweis der Wirksamkeit von Musik auf das subjektive Schmerzempfinden und Wohlbefinden und folglich ihre nachhaltige Etablierung im Krankenhaus als kostengünstige, mit geringem technischen Aufwand verbundene und nebenwirkungsfreie Alternative, dem Patienten die Behandlung und den Aufenthalt angenehmer zu gestalten.

Qualitative Ergebnisse belegen eindeutig die positive Wirkung von Musik auf die Patienten. Der Großteil der Patienten, die Musik hörten, gab äußerst positives Feedback und auch andere Patienten, die nicht an der Studie teilnahmen, fragten nach Musik für sich selber. Dies beweist schon jetzt den subjektiven Bedarf und die große Nachfrage nach alternativen, nebenwirkungsfreien Methoden, was folglich Anfragen des Krankenhauses nach sich zog, das Musikangebot auch nach Beendigung der Studie beizubehalten.

Der Einsatz von Musik wirkt positiv im Rahmen eines Operationsverlaufs und stellt eine extremst zukunftssträchtige, gesellschaftsrelevante, nebenwirkungsfreie und günstige Option dar, die ohne großen Aufwand in den Praxisalltag integriert werden kann.



Mag. Eva Hundstorfer

Ao. Univ.-Prof. Dr. Matthias Bertsch, Ao

Univ.-Prof. Dr. Günther Bernatzky

A-Linz

**Mag. Eva Hundstorfer: Studium Musikerziehung /Englisch (Lehramt) an der Universität Mozarteum Salzburg und Paris Lodron Universität Salzburg mit Praxisfelderweiterung "Deutsch als Fremdsprache" (DaF)
PhD-Studium an der Universität für Musik und darstellende Kunst Wien (Musikwissenschaft), Lehrtätigkeit an diversen Schulen
Lektorate an der JKU Linz und der FH OÖ (DaF)
Forschungsschwerpunkte: Musik im klinischen Alltag zur Schmerz- und Angstreduktion**

Unvereinbarkeit physiologisch opportuner Körperhaltung mit den Notwendigkeiten, Bedürfnissen und Gewohnheiten der ausübenden MusikerInnen

Ein Diskurs anhand der Resultate einer Untersuchung über die Höhe von Schulterstützen bei GeigerInnen:

Die Länge des menschlichen Halses, somit der Abstand zwischen Kinn und Schlüsselbein, ist in den vergangenen Jahrhunderten belegbar größer geworden. Beim Spielen einer Geige muss dieser Zwischenraum zusätzlich zur Höhe des Instrumentes mit einer sogenannten Schulterstütze und einem Kinnhalter ausgefüllt werden. Das Erlernen des Instruments beginnt idealerweise im Alter von 5 Jahren und, im Falle einer beruflichen Laufbahn, sollte es zumindest bis zum Pensionsalter schmerzfrei zu spielen möglich sein.

Wir sprechen also von einer täglich mehrstündigen Belastung des Bewegungsapparats, insbesondere der Schultern, über eine Dauer von 60 - 70 Jahren! In einer gemeinsam mit dem Sportinstitut der Universität Wien durchgeführten Untersuchung wurde der Frage nachgegangen, welche Position des Instrumentes den Bewegungsapparat weniger belastet: eine hohe Schulterstütze mit einem niedrigen Kinnhalter, also die Geige nah beim Kinn, oder eine niedrige Schulterstütze mit einem hohen Kinnhalter, also das Instrument am Schlüsselbein.

Die objektiv messbaren Erkenntnisse scheinen jedoch in Widerspruch zu den Bedürfnissen ausübender MusikerInnen zu stehen.



Stefan Kamilarov

A-Wien

Stefan Kamilarov: Nach Ausbildung in Wien und Stockholm international als Solist und Kammermusiker tätig. Neben intensiver Konzerttätigkeit Studium im Fach Dirigieren bei Othmar Suitner an der Musikhochschule in Wien und bei Franco Ferrara in Assisi. Zwanzig Jahre ständiger Substitut im Orchester der Wiener Staatsoper und im Orchester der Wiener Philharmoniker. Seit 1990 Primarius des Kamilarov Quartetts. Mit diesem Ensemble und als Kammermusiker im internationalen Konzertleben aktiv. Durch seine vielseitige musikalische Ausbildung und langjährige Podiumserfahrung vereint mit aktiven pädagogischen Interessen international als Violinpädagoge anerkannt. An der Wiener Musikuniversität und als Dozent bei internationalen Meisterkursen in Österreich, Schweden, Finnland, Italien, Portugal, Serbien und Montenegro Lehrer für alle Ausbildungsstufen. Jury-Mitglied bei internationalen Violinwettbewerben. Unterrichtet seit 1988 Violine an der Universität für Musik und darstellende Kunst in Wien.

Potentiale von Musik im Alter – Rezeption und Ausübung mit neurokognitivem Bezug zu Demenz

Wissenschaftlich erwiesen ist, dass Musik über geirnhysiolofische Vorgänge auf Emotionen wirkt und Verhalten und Erleben zu beeinflussen vermag. Mögliche Ansatzpunkte für pädagogische/therapeutische Konzepte bei alten Menschen - wie die „Elementare Musikpädagogik“ - offerieren Möglichkeiten der Potentialentfaltung. Musik wird hier als Einheit von Bewegung, Tanz und Sprache gelehrt und erfolgt improvisations- sowie emotionsorientiert (Bilen, 2010). Im Sinne Carl Orffs hat sich kreatives musikalisches Agieren mittels Improvisation auch in der Musiktherapie etabliert. Überschneidungen liegen vor allem im sozialen und gesundheitsfördernden Bereich - ausdrücklich bei Prävention, Intervention und Rehabilitation (Bruhn, 2000).

Die Demenzerkrankung zeigt sich als besonders ansprechend für rezeptive, aktive und pädagogische Formen des Musizierens, wobei dem aktiven Musikhören, dem Stimmeinsatz sowie der Improvisation eine besondere Rolle zukommt. Bugos Studie (2007) konnte zudem positive Gewinne von Klavierunterricht bei PensionistInnen auf deren kognitive Fähigkeiten belegen, was eine Relevanz für das Musizieren mit Demenzpatienten nahelegt. Ebenso zeigen neuropsychologische Forschungen Erfolge im Bereich musikalischen Lernens sowie in positiven gesundheitlichen Veränderungen (Hesse & Bernatzky, 2005). Das Erleben von Chills ist mit emotionsrelevanten Gehirnarealen (wie Insula, OFC, ventrales Striatum, ventraler medialer PFC) gekoppelt. Hinzu kommt eine Abnahme des rCBF in Amygdala und Hippocampus und somit eine generelle Veränderung der Aktivität des limbischen Systems. Diese Modulation der Amygdalaaktivität bedeutet (Koelsch, 2009):

- Musik vermag es reale Gefühle zu induzieren
- Affektive Störungen sprechen auf Musiktherapie an

So wirkt ausgewählte Musik spannungslösend und reduziert Ängste (Bernatzky & Presch, 2009), kann jedoch auch Aktivierung durch eine Erhöhung des Interesses (Foster & Valentine, 2001) und damit der Aufmerksamkeit hervorrufen.



Mag. rer. nat. Kristina Franziska Felber

A-Salzburg

Kristina Franziska Felber, Mag. rer. nat. ,geb. 1984 (München). Studium der Psychologie in Salzburg; Schwerpunkte Neurokognition, Kulturpsychologie, Musik, Gesang und Tanz als Ausdrucksmedien; Masterstudium der Elementaren Musik- und Bewegungspädagogik (Mozarteum); Masterarbeit: „Potentiale von Musik im Alter – Rezeption und Ausübung mit neurokognitivem Bezug zu Demenz“; Gesangsausbildung u.a. bei Prof. B. Furch, Prof. M. Sharp, Prof. O. Rastbichler (Mozarteum). Erfahrung in den Bereichen Neurorehabilitation, Integrative Musik- und Tanzpädagogik, Gesangs- und Tanzpädagogik; Gesangs-Meisterkurse (A.M. Papoulia, M. Sharp u.a.). Musik- und Operndramaturgische Arbeit (Landestheater Salzburg, OENM); Sängerin (Opernchor Salzburger Landestheater, „Anima e Passione“); Doktorandin (Prof. Dr. G. Bernatzky/Prof. Dr. R. Oerter) am FB Biologie (AG „Neurodynamics & Neurosignaling“, Salzburg).

Die Beziehung von Muskelaktivierungen und chronischen Schmerzen bei MusikerInnen

Viele MusikerInnen bekommen physische oder psychosoziale Probleme beim Spielen, meist (>70%?) in Form von aspezifischen chronischen Schmerzen im Bewegungssystem. Es gibt viele Entstehungsursachen (intern und extern) und meistens liegt ein multifaktorielles bio-psychosoziales Bild vor.

Nach eingehender Literaturforschung und durch unsere eigene Erfahrung in der Praxis mit MusikerInnen wurde eine Beziehung zwischen bestimmten Muskelaktivierungsmustern und chronischen Schmerzen angenommen.

In der Literatur sind mehr als 9 verschiedene Theorien beschrieben, wie diese Beziehung sein muss. Diese sind aber im Normalfall nicht oder wenig beweisgestützt, und gerade bei MusikerInnen gibt es sehr widersprüchliche Resultate.

In der Klinik "für Rehabilitation und Musiker" des Revalidatie Friesland (Niederlande) haben wir diese Beziehung in der Annahme, dass die MusikerInnen mit Schmerzen ein höheres Muskelaktivierungsniveau und daher mehr Probleme mit der Entspannung der Muskeln haben, untersucht.

Zu unserer eigenen Überraschung konnten wir keine solche Beziehung finden. In der Präsentation wird eine Übersicht der Theorien gegeben und erklärt, wie die praktische Deutung und Auswirkung aussieht.



Dr. med. Kees Hein Woldendorp

Pieter van de Werk MD; Anne M. Boonstra MD, PhD ; Roy E. Stewart , PhD; Egbert Otten, PhD

NL-Friesland

Kees Hein Woldendorp wirkt am Zentrum für Rehabilitation und Musikermedizin im niederländischen Revalidatie Friesland. Das "Revalidatie Friesland, polikliniek voor Muziek en Revalidatie (Beetsterzwaag)" ist ein multidisziplinäres 'Kompetenzzentrum' und eine multidisziplinäre Poliklinik.

Betreut werden Musiker mit physischen und/oder psychischen Gesundheitsproblemen, 'Custum-modus musizieren', Zentralauditiven Verarbeitungsproblemen (Amusia) Hirnverletzungen, chronisch Schmerzenproblemen im Haltung und Bewegungsapparat. Siehe 'IEPE' unter www.revalidatie-friesland.nl

In Zusammenarbeit mit Hans Boschma (www.embouchure.nl) organisiert er am 2.11.2013 "Embouchure and Singing: The First International, Educational Project for Singer, Brass & Woodwind Players"

Musik für ParkinsonpatientInnen

In eigenen Studien konnten wir zeigen, dass stark rhythmisch akzentuierte Musik die Feinmotorik signifikant verbessert. Mittels Wiener Testsystem wurde die Motorische Leistungsserie analysiert. Die verwendete Trommelmusik und der Radetzky marsch ergaben in allen vier Subtests einen signifikanten Haupteffekt nach dem Hören der Musik. Dabei nahm in der Parkinsongruppe sowohl die Fehlerdauer als auch die Gesamtdauer des Tests statist. sign. ab. Unabhängig von der Gruppe ergibt sich ein statistisch signifikanter Haupteffekt ($F(1,19) = 7.253$; $p=0.015$) für den Messwiederholungsfaktor bei Ausführung des Tests mit der rechten Hand.



Ao. Univ.-Prof. Dr. Günther Bernatzky
Patrick Bernatzky; Dieter Volc; Franz
Wendtner
A-Salzburg

Die Ergebnisse der Studien an ParkinsonpatientInnen weisen darauf hin, dass eine kurzfristige Anwendung (5 min.) einer Musik in Kombination mit positivem emotionalem Erinnerungsgehalt (z.B. Radetzky marsch) die Bewegungsfähigkeit dieser PatientInnen deutlich verbessert, was letztlich einen positiven Einfluss auf die Verbesserung der Lebensqualität zeigt. Auf Grund unserer Studien haben wir daher eine Musik CD produziert, in der rhythmische Musik enthalten ist (Radetzky marsch, gespielt von den Wiener Philharmonikern, Tango von Kurt Gold u.a.). Erschienen ist diese Audio-CD im Verlag Clara Lumina Salzburg. Erhältlich ist sie in Apotheken. Spieldauer der Musik: 42 min. ISBN: 973-3-9502441-2-0

Nach wie vor ist allerdings zu wenig untersucht, in welchen Hirnregionen Musik bei ParkinsonpatientInnen tatsächlich Veränderungen auslöst und in welcher Menge z.B. Dopamin bei bestimmter Rhythmik erhöht produziert wird.

Prof. Dr. Günther Bernatzky, geb. 1954, ist Ao.Universitätsprofessor an der Universität Salzburg. Studium der Biologie und Dissertation an der Pharmakologie Graz. Forschungsaufenthalte in Deutschland und den USA. Forschungsarbeiten u. a. über Schmerz bei Tier und Mensch, Tumorschmerz, Tumorschmerztherapie und Musikwirkung. Herausgeber von Büchern über Schmerztherapie bei Tumorschmerz und Produktion von Musik- und Entspannungs-CDs. Leiter und Gründer des Salzburger Schmerz Instituts. Leiter und Mitbegründer des Forschungsnetzes Mensch und Musik an Universität Mozarteum (2001 – 2004). Vorstandsmitglied der österreichischen Schmerzgesellschaft, der österreichischen Palliativgesellschaft und der ÖGfMM.

Die Sensorklarinette - Ein Messinstrument für Fingerkräfte beim Klarinettenspiel

Der Fingerkrafteinsatz beim Klarinettenspiel hat, im Gegensatz zum Klavierspiel, keinen direkten Einfluß auf den Klang. Bewegungsanalysen bei Klarinetttisten/innen zeigen trotzdem einen Zusammenhang zwischen Spieltempo und Beschleunigung der Finger.

Kraftmessungen am Steg der Violine konnten signifikante Unterschiede in der Greifkraft bei variierender Dynamik zeigen, obwohl die Dynamik durch den Bogen gesteuert wird. Auch bei Holzbläsern gibt es die Vermutung, dass ein Zusammenhang zwischen Spielgeschwindigkeit, Dynamik und Greifkraft existiert.

In einer Kooperation von Institut für Wiener Klangstil (mdw) und dem Institut für Sensor- und Aktuatorssysteme (TU-Wien) wurde eine Sensorklarinette entwickelt, die einzigartige ringförmige Kraftsensoren unter den Ringklappen besitzt. Diese Sensoren ermöglichen eine Messung der Krafteinwirkung während des Schließens eines Tonlochs, sowie die Richtungsbestimmung der einwirkenden Fingerkraft. Mit dieser Technologie sollen grundlegende Einblicke in die Klarinettengrifftechnik gewonnen werden. Das Messinstrument wird präsentiert und mögliche Anwendungsgebiete in der Musikermedizin werden diskutiert.



Dipl. Mus. Alex Hofmann

Michael Weilguni, Werner Goebel, Walter Smetana

A-Wien

Alex Hofmann (Dipl.-Musikl.) studierte bis 2007 Musikerziehung mit Hauptfach Saxophon an der Hochschule für Musik und Theater Hannover. Studienschwerpunkte waren Computer-Musik und Improvisation sowie das Programmieren und Experimentieren mit interaktiven Musiksystemen am Elektronischen Studio (Incontri). Anschließend (2008-2011) arbeitet er als Sounddesigner und Audioprogrammierer (u.a. Native Instruments) und engagiert sich als OpenSource Entwickler in der SuperCollider und CSound Community. Seit Sept. 2011 ist Alex Hofmann phd-Student an der MDW und Mitarbeiter am IWK im Rahmen des Forschungsprojektes "Measurement & Analysis of finger forces in clarinet playing". Aktuelle Forschungsinteressen: - Analyse von Spieltechniken auf Holzblasinstrumenten (analysis of woodwind music performance) - interaktive Musiksysteme (interactive music-systems) | - Klanganalyse und musikalische Informationsverarbeitung (machine listening)|- Klangsynthese (sound synthesis)

Musical, creative and cognitive task performance in primary school children: A longitudinal study

Previous research has investigated the long-term effects of music education on primary school children. The present study was designed to extend this research by specifically addressing musical, creative and cognitive development in a quasi-experimental, longitudinal study. Two cohorts of primary school children, first and fourth graders at Polish schools, were subjected to psychometric tests of musical aptitude, creativity and concentration. Participants (N = 329) were recruited from three different schools. All children received the same basic tuition during the school year. Children from the music school (music focus group) received additional musical training of 7 hours per week, children from the arts school (arts focus group) received additional arts training of 6 hours per week, whereas children from the third school (control group) received no additional training beyond regular music and arts classes. Results show that type of primary school education differentially affects the task performance in all variables.

Music and arts training leads to significant increases of musical aptitude, creativity, and task accuracy of the concentration test. In addition, arts school children showed significant improvement in the timing variable of the concentration test. These results were unaffected by social status and academic education variables of the children's parents. Taken together, these results suggest that children in primary schools benefit from extended music and arts education. It is concluded that music and arts play an important role in the creative and cognitive development of primary school children.



Dr. Katarzyna Grebosz-Haring
Prof. Dr. habil. Gunter Kreutz; In
Memoriam Univ.-Prof. Dr. Horst-Peter
Hesse
A-Salzburg

Dr. Katarzyna Grebosz-Haring studierte die Fächer Musikerziehung, Musiktherapie und Violine sowie Musik- und Bewegungserziehung. Sie promovierte an der Universität Mozarteum Salzburg unter Univ.-Prof. Dr. Horst-Peter Hesse im Fach Systematische Musikwissenschaft. Katarzyna Grebosz-Haring war Mitarbeiterin des „Forschungsnetz Mensch und Musik“ an der Universität Mozarteum Salzburg und arbeitete dort an diversen Forschungsprojekten im Bereich Musikpädagogik sowie an Studien zur psycho-physiologischen Wirkung von Musik. Seit 2007 ist Katarzyna Grebosz-Haring als Musik-Managerin tätig, zuletzt bei den Salzburger Festspielen und bei der Stiftung Mozarteum Salzburg. Zudem ist sie freiberufliche Lehrerin für Elementare Musikpädagogik.

Individualität von Bewegung in der Musik: Finger- und Körperbewegungen beim Flötenspiel

Während beim Musizieren individuelle Ausdrucksfähigkeit als erklärtes Ziel einer langjährigen Entwicklung hin zur künstlerischen Reife gilt, orientiert sich spieltechnisches Lernen demgegenüber nach wie vor an personenübergreifenden Idealvorstellungen, die (ähnlich wie im Sport) durch eine hohe Anzahl von Wiederholungen mit entsprechenden Fehlerkorrekturen gelehrt bzw. erlernt werden.

Ziel der vorliegenden Pilotstudie war es, die in Sport- und Alltagsbewegungen nachgewiesene Individualität und Situativität für Musizierbewegungen zu überprüfen am Beispiel von Finger- und Körperbewegungen beim Flötenspiel. Sechs Studierende und vier professionelle Orchestermusiker spielten einen Ausschnitt aus Mozarts Flötenkonzert Nr. 2 mehrfach an drei verschiedenen Tagen. Finger- und Körperbewegungen wurden mittels 3D motion capture aufgezeichnet und mit verschiedenen neuronalen Netzen klassifiziert.

Aus den zeitdiskreten und zeitkontinuierlichen kinematischen Daten konnten Individuen anhand der Fingerbewegungen bis zu 100 Prozent und mittels der Körperbewegungen bis zu 96 Prozent korrekt erkannt werden. Dabei widersprachen sämtliche der vorgefundenen individuellen Bewegungsstrategien - nicht zuletzt aufgrund ihres in internationalen Wettbewerben nachgewiesenen Erfolges - den in der Unterrichtspraxis und in der didaktischen Literatur für Holzbläser favorisierten Modellen von kleinen, Energie sparenden Fingerbewegungen. Die vorliegende Pilotstudie ist Auftakt einer geplanten Studie zum differenziellen Lernen in audiomotorischen Lernprozessen beim Flötenspiel.



Stefan Albrecht

Wolfgang I. Schöllhorn, Daniel Janssen ,

Esther Quarz

D-Mainz

Stefan Albrecht erhielt seine flötistische Ausbildung bei Ludwig Jann und Karlheinz und Gertrud Zöller an den Musikhochschulen in Dortmund, Hamburg und Berlin. Er ist Dozent für Flöte, Flötenmethodik und allgemeine Unterrichtsmethodik an der Hochschule für Musik Mainz sowie am Peter-Cornelius-Konservatorium der Stadt Mainz . Er ist Autor von „Fingerfitness – ein neues Bewegungstraining für die Flöte“ (Zimmermann 2002) und publiziert regelmäßig in Fachzeitschriften sowie als Herausgeber für den Musikverlag Schott in Mainz. Als wissenschaftlicher Mitarbeiter am Institut für Sportwissenschaft der Johannes Gutenberg-Universität Mainz ist er verantwortlich für das Forschungsprojekt zur „Individualität von Bewegung in der Musik – Finger- und Körperbewegungen beim Flötenspiel“.

Musikpädagogik und Musiktherapie. Berührungsflächen und Grenzen

Welche gemeinsamen und unterschiedlichen Aspekte sind in den gesetzlichen Grundlagen von Musikpädagogik und Musiktherapie erkennbar?

Welche Rolle übernehmen die beiden Fachrichtungen Musikpädagogik und Musiktherapie im österreichischen Bildungs- und Sozialsystem?

Welche Gemeinsamkeiten und Unterschiede zeigen sich in der musikpädagogischen und musiktherapeutischen Praxis?

1. Begriffsklärung der Musikpädagogik und Musiktherapie anhand der gesetzlichen Grundlagen:

-Musiktherapie: Musiktherapiegesetz

-Musikpädagogik: Schulorganisationsgesetz, Lehrplan der Volksschule, KOMU Lehrplan

-Gemeinsamkeiten: in den Zielen -Unterschiede

2. kurzer Überblick über das aktuelle Bildungssystem und die Sozialpädagogik in Österreich:

Wo sind die Berufsfelder Musikpädagogik und Musiktherapie einzuordnen?

3. Gegenüberstellung von musikpädagogischen und musiktherapeutischen Aspekten in der Praxis anhand ihrer:

-Nahziele: Gemeinsamkeiten/ Unterschiede -Fernziele: Gemeinsamkeiten/ Unterschiede

-inneren Haltung von Lehrerpersönlichkeit-

Therapeutenpersönlichkeit: Gemeinsamkeiten/ Unterschieden

-Beziehungsgestaltung: Gemeinsamkeiten/ Unterschiede

zusätzliche Aspekte: Rahmenbedingungen; Material und Instrumentarium; Methoden, Techniken und Interventionen;

4. Zusammenfassung

5. Fragen



MMag. Barbara Schnetzinger

A-Wien

MMag. Barbara Schnetzinger: 2005 - 2009: Bachelorstudium Instrumentalpädagogik Querflöte, Universität für Musik und darstellende Kunst Wien (MDW). Klasse: Karimi-Djafar-Zadeh Schwerpunkt „Chor- und Ensembleleitung“

Juni 2009: Bakkalaureatsprüfung Instrumentalpädagogik Querflöte

2009 - 2011: Masterstudium Instrumentalpädagogik Querflöte, an der MDW. Klasse: Forough Karimi-Djafar-Zadeh. Modul „Musikphysiologie in Theorie und Praxis“ & Modul „Improvisation und neue Musik“, Juli 2011: Magisterprüfung

Instrumentalpädagogik Querflöte mit Auszeichnung bestanden

Dezember 2010: Wissenschaftliche Diplomarbeit: „Musikpädagogik und Musiktherapie. Berührungsflächen und Grenzen“

2007 - 2011: Diplomstudium Musiktherapie, Juni 2011: Diplomprüfung Musiktherapie

2007: Universitätslehrgang Ensembleleitung Konservatorium Wien Privatuniversität. Klasse: Thomas Doss

Seit 2011: Diplomstudium Humanmedizin an der Medizinischen Universität Wien

Mastikatorische Aktivitäten und chronischer Stress bei Klavierstudenten

Querschnittstudie mit 10 Klavierstudenten.

Messung der Druckschmerzschwelle mittels Druckalgometer an den myofaszialen Triggerpunkten des M. temporalis anterior, M. masseter superficialis u. M. trapezius pars descendens, jeweils vor und nach dem Klavierspiel.

Beurteilung der empfundenen Schmerzintensität mittels Coloured Analogue Scale. Videoaufnahme des Klavierspiels zu Beobachtung möglicher Fehlhaltungen oder mastikatorischer Aktivitäten.

Untersuchung des persönlich empfundenen chronischen Stresses während des Musikstudiums der letzten 3 Monaten mithilfe des Trierer Inventars.



BSc PT Sabine Ziolkowski

**Prof. Dr. med. Christoff Zalpour; Prof. Dr.
Harry von Piekartz**

D-Osnabrück

Sabine Ziolkowski, seit 2010 Physiotherapeutin, 2012 Bachelor of Science in Physiotherapie an der Hochschule Osnabrück. Tätigkeit im hochschuleigenen Fitnessstudio, u.a. auch Gerätetraining mit Musikern. Abschlussarbeit zu Auswirkungen von chronischem Stress auf die Kiefermuskulatur von Pianisten.

Arthroskopische Sanierung gelenknaher Überlastungen an der oberen Extremität durch Musizieren

Die fokussierte Muskelarbeit bei limitierter Gelenkbewegung kann im Sehnen- und Kapselbereich zu Veränderungen im pH-Wert und in weiterer Folge zur Verkalkung von Sehnenansätzen, wie vorzugsweise im Schulterbereich, oder zu Knorpelabnützungen wie z.B. im Daumengrundgelenk führen. Im Handgelenksbereich kommt es typischerweise zu Schädigungen (2a) des Discus triangularis.

Durch minimalinvasive Techniken, die im Rahmen der Schlüssellochchirurgie entwickelt wurden, ist ein Sanieren der verkalkten Schulterrotatoren Sehne genauso möglich wie die Naht des Handgelenkdiskus, wie er bevorzugt bei HarfenistInnen vorkommt. Die Schultersymptomatik des Einklemmungssyndroms betrifft vorzugsweise MusikerInnen von Streichinstrumenten, die dessen Arm über einen längeren Zeitraum über 70 Grad führen. Weitere Fehlhaltungen betreffen in erste Linie die Wirbelsäule, die den ausreichenden Bewegungsumfang zunächst kompensiert.

Wesentlich ist, durch spezifische Kenntniss der Spieltechnik das entsprechende Ausgleichstraining einzuleiten.



Univ.-Ass. Prof. Dr. med. Gobert von Skrbensky

E. Baranyai

A-Wien

Prof. Dr. Gobert von Skrbensky 3.12.1963
Leiter des Labors für Biomechanik Med Univ. Wien
Leiter der Sportchirurgischen Knieambulanz

Organisation zahlreicher Tanzmedizinischer Veranstaltungen über tamed.at

Gobert.Skrbensky@MeduniWien.ac.at

Mentale Trainingsformen im Spitzensport und deren Auswirkungen auf Leistungsfähigkeit, Regeneration und Rehabilitation – ein Überblick

Die optimale Leistung zu einem bestimmten Zeitpunkt zu erbringen, stellt im Spitzensport eine wesentliche Voraussetzung für Erfolg dar. Erkenntnisse der sportpsychologischen und neurobiologischen Forschung lassen hierbei der „mentalen Komponente“ eine immer bedeutendere Rolle zu Teil werden.

Entspannungs- und Konzentrationstraining, genauso wie Methoden zum Erlernen und Festigen komplexer Bewegungsabläufe, aber auch unterstützende Maßnahmen nach Verletzungen bzw. bei Überlastungserscheinungen stehen dabei im Fokus. Bio- und Neurofeedback-Training sowie Arbeit in Hypnose gelten hierbei als besonders effektive Trainingsformen.

Bezug nehmend auf wissenschaftliche Studien sowie anhand von Fallbeispielen aus der eigenen Arbeit mit Hochleistungssportlern, werden mentale Trainingsformen und ihre Auswirkungen auf Leistungs- und Regenerationsfähigkeit der Trainierenden erläutert. „Gesünder bessere Leistung erbringen – und zwar dann, wenn drauf an kommt!“ gilt als Motto natürlich nicht nur für Spitzensportler, sondern speziell auch für Spitzenmusiker. Ein Seitenblick der Musik auf Methoden aus dem Sport, welche diesem Ziel dienen, kann für neue Impulse und einen letztlich für beide Seiten fruchtbaren Austausch an Wissen sorgen.



Mag. Michael Prenner

A-Wien

Mag. Michael Prenner ist Anthropologe, Hypnose- und Biofeedbacktrainer in den Arbeitsbereichen: Optimierung von Verhaltensweisen und Körperfunktionen durch Beeinflussung des Zentralnervensystems mittels Hypnose- und Biofeedbacktrainings. | Betreuung von Athleten aus den Bereichen American Football, Beachvolleyball, Bobsport, Leichtathletik, Schwimmen, Triathlon,...
Ausbildungen: Studium der Anthropologie, Spezialfach Verhaltensforschung, Universität Wien | Lehrgang „Sportpsychologie und Mentalcoaching im Leistungssport“, Sportpsychologie Tirol | Trainerausbildung für Hypnose und Selbsthypnose bei Dr. Gerhard Eggetsberger, IPN/Eterna | Ausbildung für Bio- und Neurofeedback-Training bei Dr. Gerhard Eggetsberger, IPN/Eterna | Seminare zur Methode der „Transzendenten Resonanz“ bei DDr. Karl Stifter Mitglied des österreichischen Bob-Nationalteams 2002-2006

Round Table: Fitness - Üben - Leistung

Was sind die Grundlagen lebenslanger Top-Performance ?

Was bedeuten die Schlagworte für MusikerInnen ?

Unter Fitness wird im Allgemeinen körperliches und oft auch geistiges Wohlbefinden verstanden. Fitness drückt das Vermögen aus, im Alltag leistungsfähig zu sein und Belastungen eher standzuhalten. Der Begriff ist insofern ungenau, als er als Modebegriff nicht klar definierbar ist und von verschiedenen Personen und Interessengruppen unterschiedlich interpretiert wird.

Als Übung bezeichnet man den Vorgang, bei dem erworbene, aber noch unsichere erste Lernstrukturen durch mehrfache Wiederholungen stabilisiert werden sollen. Übung bildet damit die zweite Phase in der Lernprozessfolge Lernen - Üben - Trainieren. Durch Üben kann das Erlernte also weiter perfektioniert oder vor dem Verlernen bewahrt werden. Eine Übung ist auch eine, im Gegensatz zur Prüfung meist wertungsfreie, Methode zur Beurteilung einer Leistung nach einem Lernprozess. Oft ausgeführte Übungen sind der Schlüssel, um eine außergewöhnliche Fertigkeit oder sogar Meisterschaft zu erlangen.

Leistung wird in der Psychologie als ein durch Energieaufwand geschaffener Wert bezeichnet, der durch den Einsatz der verfügbaren menschlichen Fähigkeiten zustande kommt, wobei ein Handlungsziel mit einem gewissen Niveau erreicht wird. Dabei muss ein beabsichtigtes Handlungsergebnis vorliegen, für dessen Erreichen körperliche oder geistige Fähigkeiten eingesetzt wurden. Leistung ist nach dieser Definition ein Gütemaßstab, anhand dessen die Handlung und das Handlungsergebnis bewertet werden. Wird ein Handlungsziel mit geringem Aufwand, also ohne Mühe, erreicht, gilt es psychologisch nicht als Leistung, obwohl im physikalischen Sinn durchaus Leistung erbracht wurde.

(Q: de.wikipedia.org)

Round Table



Ulrike Sych, Michael Prenner, N.N.

**Moderation: Berit Schneider-Stickler,
Matthias Bertsch**

Phänomen Hypnose: vielfältige Anwendungsmöglichkeit auch für MusikerInnen?

Durch Hypnose wird ein veränderter Bewusstseinszustand erzielt, der von tiefgreifenden physiologischen und psychischen Veränderungen begleitet ist. Wie dieser veränderte Bewusstseinszustand eingeleitet und für MusikerInnen für deren Berufsanforderungen nützlich angewandt werden kann, möchte ich anhand eines Kurzreferates und eines Workshops erfahrbar werden lassen.



Dr. Monika Weis-Danhofer

A-Wien

**Dr. Monika Weis-Danhofer, wohnhaft in Wien.
Psychologin, Psychotherapeutin (KIP, AT, Hypnose, System. Aufstellungsarbeit), Supervisorin/Coach, Lehrtherapeutin in
Hypnotherapie.
Seit 2000 Lehrbeauftragte der Universität für Musik und darstellende Kunst Wien**

weisdanhofer@gmail.com

Reflexion über ein nicht alltägliches Projekt - Erfolgsfaktoren für die Integration eines Betrieblichen Gesundheitsmanagements (BGM) im Berufsorchester

Die Workshopteilnehmenden sind herzlich eingeladen, das zur Zeit in der Philharmonia Zürich durchgeführte Projekt kritisch zu reflektieren. Ziel des Projektes ist es, mit der Etablierung eines systematischen BGM im Orchester die gesundheitsförderlichen Arbeitsprozesse und Strukturen sowie das Gesundheitsverhalten der Musikerinnen und Musiker zu verbessern.

In enger Zusammenarbeit mit den Musikerinnen und Musiker wurden deren Ressourcen und Belastungen im Arbeitsalltag analysiert und im Rahmen der Massnahmenentwicklung die betrieblichen Rahmenbedingungen so gestaltet, dass sie die Gesundheit der Musikerinnen und Musiker schützen und unterstützen. In einem ersten Teil des Workshops werden das Projekt und die wichtigsten Ergebnisse vorgestellt.

In einem zweiten Teil wird den Teilnehmenden die Gelegenheit gegeben, sich mit der Vorgehensweise des Projektes auseinander zu setzen. Dabei soll die Frage im Vordergrund stehen, welche Erfolgsfaktoren es zu berücksichtigen gilt, damit ein betriebliches Gesundheitsmanagement nachhaltig in die Prozesse und Strukturen des Orchesteralltages integriert werden kann und eine gesundheitsförderliche Organisationsentwicklung entstehen kann.



MPH Monica Basler

Lic. phil. Nadine Näpfl Keller

CH-Luzern

MPH Monica Basler (CH-Luzern) Email: monica.basler@hslu.ch

Master of Public Health, seit 2009 Dozentin, Studiengangs- und Projektleiterin an der Hochschule Luzern - Soziale Arbeit im Kompetenzzentrum für Prävention und Gesundheitsförderung. Leitung verschiedener Forschungs- und Dienstleistungsprojekte im Themenbereich Betriebliches Gesundheitsmanagement (BGM). Assessorin Friendly Workspace Gesundheitsförderung Schweiz.

Lic. phil. Nadine Näpfl Keller Email: nadine.naepfli@hslu.ch

Studium der Psychologie, seit 2010 Wissenschaftliche Mitarbeiterin an der Hochschule Luzern - Soziale Arbeit im Kompetenzzentrum für Prävention und Gesundheitsförderung. Mitarbeit bei verschiedenen Forschungs- und Dienstleistungsprojekten im Themenbereich Betriebliches Gesundheitsmanagement (BGM).

monica.basler@hslu.ch

Das heilsame Potential wertschätzender Gesprächsführung

In diesem Workshop wird die noch weitgehend unbekannte Idiolektische Gesprächsführung™, die bereits im Vortrag „Bühnenangst aus idiolektischer Sicht“ in ihrer Theorie vorgestellt wurde, nun praktisch erlebbar gemacht.

Im Workshop live geführte Gespräche mit MusikerInnen sollen für interessierte MusikerInnen, Lehrende und TherapeutInnen die Technik und Wirkung dieser speziellen Gesprächsführung veranschaulichen, die auf der bedingungslosen Anerkennung der Sichtweise und Lösungskompetenz des befragten Menschen beruht.

Es wird demonstriert, was passiert, wenn man auch schwierige und belastende Themen wie Bühnenangst, Leistungsdruck und Perfektionsstreben ressourcenorientiert und wertschätzend im Gespräch behandelt.



Dr. Magdalena Bork

A-Wien

**Mag.art Dr. phil., ausgebildete Flötistin und freie Wissenschaftlerin im Bereich MusikerInnen-Forschung, 2007 promoviert an der mdw mit der Studie „Traumberuf Musiker? Herausforderungen an ein Leben für die Kunst.“ (Schott-Verlag).
Dozentin und Beraterin der Gesellschaft für Idiolektische Gesprächsführung.
Lehrende am Institut für Kulturmanagement der mdw (Qualitative Methoden)**

Emotionen und Gefühle auf der Bühne: praktische Tools für Musiker/innen

In dem Workshop werden wir den Fokus auf unsere intrapsychischen Vorgänge (Gefühle, Emotionen, Gedanken, Empfindungen) richten, um dabei Stärken und Schwächen für die eigene Bühnenpräsenz zu nutzen.

Analysiert werden dabei Erlebens-Sequenzen beim Üben, vor dem Auftritt, während des Auftritts sowie danach. Auch die praktische Handhabung eines Übetagebuchs/ Portfolios wird angeregt.

Größtmögliche Kenntnis der eigenen Verhaltensmuster und Handlungsweisen mit dem Instrument und in Bezug auf dieses und vor allem der inneren Vorgänge können zu Schlüsselkompetenzen für die Bühnenqualität werden.

Es werden dabei auch in der Praxis verwendete Tools vorgestellt:

Reise zu meinem guten Ort (adaptiert aus der Traumatherapie) mit und ohne Instrumente; musikalisches Lebenspanorama (nach Isabel Frohne-Hagemann); musikalische Biografiearbeit;

Bausteine der Psychohygiene-Vorlesung am Vorarlberger Landeskonservatorium mit Arbeitsblättern aus der Praxis;

Herstellen von Szenen des Auftrittssettings auf der Bühne sowie Probespielen und Reflexion dieser gestalteten Atmosphären, sodass intrapsychisches Erleben und interpsychische Wirkdynamik verstanden und musikalisch adaptiert werden können.

Der Einsatz von kreativen Medien mit Musiker/innen kann dabei ebenfalls zur Geltung kommen.



Mag. Dr. Gunhild Häusle-Paulmichl

A-Feldkirch

Mag. Dr. Gunhild Häusle-Paulmichl studierte Sportwissenschaften und Leibeserziehung, Germanistik und Philosophie an der Universität Innsbruck, arbeitet als Lehrende am Landeskonservatorium Feldkirch und ist Psychotherapeutin in Ausbildung unter Supervision in der Methode Integrative Therapie. Derzeit Teilnahme am 3-jährigen Lehrgang für klinische Musiktherapie in Hückeswagen, Deutschland am FPI.

Sie arbeitet seit mehreren Jahren sowohl in der Begleitung und Betreuung von Studierenden der Musik und entwickelte Unterrichtsfächer wie "Psychohygiene für Musiker/innen" sowie "Emotionen auf der Bühne". Außerdem arbeitet sie in freier Praxis sowie mit einem Psychiater in der Patient/innenbetreuung zusammen.

Systemisches Bewusstsein als Inspiration für ein nachhaltig gesundes Musikerleben

In diesem Workshop bekommen Sie einen Überblick was Systeme sind und wie systemisches Denken den beruflichen und privaten Alltag verändern kann. Sie sind als Musiker nicht isolierte Einzelwesen sondern lebendige Teile beruflicher (Orchester, Musikschule) und privater Systeme (Familie, Partnerschaft).

So wie eine Sinfonie mehr ist als die Summe ihrer einzelnen Töne und erst durch die Gestaltung der Beziehung der einzelnen Töne zueinander zu einem Kunstwerk wird, so ist ein Orchester oder eine Musikschule mehr als die Summe der einzelnen Personen. Möchten Sie in Ihren Systemen eine nachhaltige Kultur der konstruktiven Zusammenarbeit und Entwicklung leben, ist es hilfreich, die systemischen Wirkprinzipien zu beachten.

Wenn Sie Ihr Leben im Bewusstsein um Ihre eigenen Werte und Ziele gestalten, und diese systemisch einstimmen auf die Anforderungen im Beruf- und im Privatleben, kann es Ihnen stimmiger gelingen, ein gesundes Leben in Balance zu führen. Ihr Musikerleben bekommt Sinn und Orientierung und Sie lernen mit Herausforderungen gelassen umzugehen und Ihre Energie- und Inspirationsressourcen nachhaltig zu nähren.

In diesem WS wechseln theoretische Inputs an Beispielen aus dem Musikeralltag mit Sequenzen, in denen Sie praktisch die Gelegenheit haben, Ihr Leben für sich systemisch zu überschauen.



Angela Büche

A-Salzburg

Angela Büche, Österreich/ Schweiz, ist Cellistin und Systemischer Coach. Sie unterrichtet Cello am Musikum Salzburg wo sie zusätzlich von 2009 bis 2011 Fachgruppenleiterin der Streicher war. Sie ist Projektleiterin zahlreicher pädagogischer Kunstprojekte und gibt Workshops und Weiterbildungen an Musikschulen und Universitäten zu den Themen:

- **Neue Unterrichtsmethoden auf Basis der Entwicklung der Gesellschaft und den neuesten Erkenntnissen aus der Lernpsychologie.**
 - Nachhaltige Burnoutprävention, Kommunikationstraining, Persönlichkeitsentwicklung etc.

Als systemischer Coach ist es ihr ein besonderes Anliegen, Musiker und Pädagogen auf dem Weg zu einem nachhaltig erfolgreichen stimmigen Berufsleben zu unterstützen, in Resonanz mit den besonderen Herausforderungen, die dieser Beruf mit sich bringt.

fit4music Fitness

Das fit4music Fitness Training für professionelle MusikerInnen und KünstlerInnen - jetzt beim Symposium "Gesund Musizieren" 2013. Ausgewählte Elemente traditioneller Kampfkunst und das Beste aus dem modernen funktionalen Fitness Training bieten Dir eine einzigartige Kombination für Deine Gesundheit.

Dein Körper wird gezielt nach den Elementen der Natur ausgeglichen. Kraft und Flexibilität werden zu einer harmonischen Einheit und schützen Dich nachhaltig vor Fehlhaltungen, Schmerzen und Verspannungen. Gleichzeitig wird Deine mentale Stärke für die Bühne gezielt über die Bewegung trainiert und Du erhältst wertvolle Tipps für eine gesunde Ernährung.

Als kreative Erweiterung lernst Du, einen gewöhnlichen Sessel für Dein Training effektiv zu nutzen und mit dem Mobile App hast Du alle Workouts plus weitere Add-Ons immer auf Deinem Smartphone dabei.



MA Paul Friesenbichler

A-Wien

Paul Friesenbichler MA (Gitarre) - geb. 1983, Personal Coach und Geschäftsführer von "fit4music", dem ersten Unternehmen für nachhaltige Gesundheit & Top-Performance professioneller Musiker in Österreich. Konzerte als Solist und mit Ensembles im In- und Ausland sowie in TV & Rundfunk. Kampfkunst Trainer, Biofeedback Trainer, Nährstoff Coach, Körperarbeit, uvm. Dozent mit fit4music an Universitäten, Akademien, Schulen und Festivals für Musik & Kunst in ganz Österreich. Website: www.fit4music.eu

Geschmeidig fokussiert spiele ich im Raum: 'Eutonie Gerda Alexander'®

So sehr ein bestimmtes Maß an Stress Aufmerksamkeit und Präsenz erhöhen kann, so sehr kann ein „zu viel“ den Körper soweit blockieren, daß er keine optimale Leistung mehr abrufen kann.

Der Workshop gibt einen Einblick in die Arbeitsweisen der Eutonie und vermittelt praktische Tipps zum Umgang mit Stress und hohen Leistungsanforderungen.

Eutonie Gerda Alexander® hat sich ganz dem intelligenten Körper-Bewegungs-Lernen verschrieben. Sie gehört zu den Methoden der Somagogik, einem wachsenden Fachgebiet zwischen Bewegungspädagogik und Bewegungstherapie. Eutonie G.A. ® kombiniert Wahrnehmungs- und Bewegungsschulung auf neurophysiologischer Basis.

Das Ziel ist höchst "ökonomisch", nämlich eine situationsgerechte Muskel- und Körperspannung. Diese entwickelt sich spürend mit der Oberflächen- und Tiefensensibilität des eigenen Körperraums, der genauen Platzierung und Bewegungsansätze von Knochen und Gelenken, dem bewussten Kontakt zum Außenraum, u.a. zum Instrument.

Der/ die MusikerIn entwickelt sich zu einem „fein gestimmten“, ausdrucksstarken und effektiven „Instrument“. Der Körper schafft die Balance präserter, offener Resonanzraum und trotzdem klar und gestärkt in der eigenen Struktur zu sein.

Das bewusste Anwenden der Übungsprinzipien der Eutonie unterstützt den/die MusikerIn einerseits bei den großen physischen und mentalen Anforderungen seines/ ihres MusikerInnenlebens und sorgt andererseits für raschere Regeneration.



DI Monika Louis

A-Wien

DI Monika Louis: 1965 in Baden-Württemberg geboren. Dipl. Pädagogin und Therapeutin Eutonie Gerda Alexander®, Diplom 2002, Dipl. Ing. Architektur, Diplom 1994 | Freischaffende Künstlerin | Seit 2002 in eigener Eutonie-Praxis in Wien tätig. Regelmäßige Arbeit mit Menschen aus den Berufsfeldern Musik, Schauspiel, Sport, Tanz. | Bewegliche und statische Strukturen im Raum sind ein wiederkehrendes Thema in der Entwicklung von Monika Louis, beginnend als Leistungssportlerin, als Tänzerin der tanztribüne, Tanzpädagogin, in Choreografieprojekten, der Arbeit als DI Architektur, freischaffende Künstlerin. Das große Interesse für ganzheitliche Körpermethoden, präzise Bewegungsorganisation, Mentaltraining und Psychosomatik mündete in die viereinhalbjährige Ausbildung zur Eutonistin und beeinflusst ihre Arbeitsweise.

Beeinflussung der Körperhaltung nach Prinzipien der Entwicklungskinesiologie und Yoga bei Musikern

Die feinmotorische Hochleistung der zum Spielen eines Instrumentes notwendigen Muskeln, die von Profi-Musikern erwartet werden, verlangen unter Anderem Stabilität im Rumpf und in den Gelenken, damit die Bewegungen pünktlich und gesund durchgeführt werden können. Um Überlastungsverletzungen der Spielmuskulatur zu vermeiden, soll die zentrierte Position in Gelenken mittels Zentrales Nervensystem, Muskelaktivität und Bindegeweben gewährleistet werden. Posturale Stabilität, die gezielten Bewegungen der Gliedmaßen gewährleistet, ist von der Stabilität des Rumpfes abhängig.



Miroslav Vencel

CZ-Prag

Eine normale Entwicklung in der frühen Kindheit bereitet die physiologische Basis für Bewegungsabläufe und ist eine Voraussetzung und ein Vorbild, wenn die posturale Stabilität und Bewegungsabläufe beeinflusst werden sollen. Bei der Behandlung in der ontogenetischen Entwicklungslagen gibt es eine reflexive und eine bewusste Komponente. Die posturale Gewohnheiten lassen sich nur langwierig dauerhaft beeinflussen und außer individuellen Ontogenesis hängt der Erfolg von einer guten Empfindungswahrnehmung ab, deshalb sollten die Übungen einen yogaartigen Charakter haben- mit Wachsamkeit, gezielter Bemühung und Ausdauer in der Lagen, um die meist vergessene ursprüngliche Bewegungstereotypen wiederzuentdecken.

Das Ziel der Übungen ist eine Bewusstwerdung und Kontrolle der automatischen posturalen Funktion, die auf das Musizieren angewendet werden kann.

Miroslav Vencel - PT, Dipl.Mus.,Mag. (JG 1974) Studien: 1988-1994 Geige | 1994-1999 Musikwissenschaft | 2000-2003 Germanistik/Russistik | 2003-2009 Physiotherapie.

Seit 2009 ist Vencel PhD Student an der Karls-Universität in Prag, seit Februar 2012 am IMMM Hannover. Er ist Yoga-Instrukteur für Physiotherapie- und Musikstudenten an der II. Medizinischen Fakultät und Pädagogische der Karls-Universität in Prag. Ferner ist er als Geiger, Musik- und Sprachenlehrer freiberuflich tätig.

Messung von Stressparametern bei Orchestermitgliedern

Im Rahmen dieser Untersuchung wurde geprüft, ob Orchestermitglieder im Konzert akute Veränderungen in biologischen Parametern für kardiovaskuläres Risiko und für oxidativen Stress aufweisen. Besonderes Augenmerk wurde dabei auf Zusammenhänge zwischen biologischen Auswirkungen und den erfassten emotionalen Dimensionen gelegt.

Die Untersuchung umfasste eine Kontrollsituation (Orchesterprobe) und eine Testsituation (Konzert). Am Konzerttag konnten signifikant höhere Werte für Speichel-Cortisol, Myeloperoxidase und Homocystein im Plasma festgestellt werden. Orchestermitglieder mit schlechter Laune zeigten im Vergleich zu gut gelaunten Orchestermitgliedern einen höheren Myeloperoxidase-Anstieg sowie höhere Cortisolwerte während des Konzerts.

Unsere Ergebnisse könnten einen neuen und vielversprechenden Ansatz zur Beurteilung von stressassoziierten Effekten darstellen.



Dipl.-Ing Alexander Pilger

H. Haslacher, E. Ponocny-Seliger, T. Perkmann, K. Böhm, A. Budinsky, A. Girard, K. Klien, G. Jordakieva, L. Pezawas, O. Wagner, J. Godnic-Cvar, R. Winker.

A-Wien

Dipl.-Ing. Pilger studierte technische Physik und ist wissenschaftlicher Mitarbeiter an der Klinischen Abteilung Arbeitsmedizin der Medizinischen Universität Wien und leitet seit dem Jahr 2000 das arbeitsmedizinisch-toxikologische Labor der Abteilung. Er publizierte Beiträge zu verschiedenen Problemen der arbeitsmedizinischen Analytik und des biologischen Monitorings und ist Chefredakteur des Österreichischen Forum Arbeitsmedizin.

Stimmermüdung und Stimmerholung bei SängerInnen

Stimmliche Überforderung, falsche Stückwahl und stimmliche Indisposition führen bei SängerInnen bekanntlich zu Stimmproblemen. Die vielfältigen stimmlichen Einfluss- und Risikofaktoren bedingen an den Stimmlippen exzessive Gewebelastungen, die durch die mechanische Beanspruchung zu klinisch relevanten Stimmerkrankungen führen können.

Ein hohes Maß an Stimmbewusstsein mit regelmäßigen stimmlichen Erholungsphasen oder aber konsequente Stimmschonung im Falle einer bereits aufgetretenen Stimmerkrankung können zu einer lang andauernden Bühnenkarriere beitragen.

Aus ärztlicher Sicht ist es wichtig, stimmschädigende Einflüsse aufzuzeigen und entsprechende Therapieschritte einzuleiten.

An ausgewählten Beispielen werden durch Stimmüberforderung entstandene laryngeale Veränderungen diskutiert und Therapieschritte unter Einbeziehung aktueller wissenschaftlicher Studien dargestellt.



Ao. Univ.-Prof. Dr. med. Berit Schneider-Stickler
A-Wien

Ao.Univ.Prof. Dr. Berit Schneider-Stickler ist stellvertretende Leiterin der Klinischen Abteilung Phoniatrie-Logopädie der Univ.-HNO-Klinik an der Medizinischen Universität Wien. Sie studierte sowohl Medizin als auch Musik mit Hauptfach Klassischer Gesang in Berlin. Zunächst absolvierte sie die Hals-Nasen-Ohren-Facharztausbildung an den Universitätskliniken in Berlin und Essen. Anschließend wechselte sie nach Wien und absolvierte hier die Zusatzfachausbildung Phoniatrie (Stimm- und Sprachheilkunde). Wissenschaftliche und klinische Schwerpunkte liegen in den Bereichen Stimmdiagnostik, Prävention und Therapie von Stimmstörungen, Phono-chirurgie, als auch Biofilmforschung auf Kunststoffen. Sie tritt regelmäßig ge- sangssolistisch auf. Dabei ist es ihr ein besonderes Anliegen, karitative Projekte, die sich mit dem Leben und dem Umgang mit Krankheit beschäftigen, zu unterstützen.

Doppeltönigkeit in der Stimm diagnostik

Doppeltönigkeit (Diplophonie=zwei Tonhöhen zur selben Zeit) kann sowohl künstlerisches Ausdrucksmittel, als auch Symptom einer Stimmerkrankung sein.

Zur Zeit wird an der Klinischen Abteilung Phoniatrie-Logopädie der Medizinischen Universität Wien, in Kooperation mit dem Institut für Signalverarbeitung und Sprachkommunikation der Technischen Universität Graz ein objektives Verfahren zur Erkennung von Diplophonie entwickelt. Dieses Verfahren soll zur Feststellung von Behandlungsindikation und Behandlungserfolg eingesetzt werden.

Um wissenschaftliche Schlüsse über die Entstehung von Doppeltönigkeit in der Stimme treffen zu können, wird der primäre Kehlkopfschall indirekt über die Methode der Hochgeschwindigkeitsglottographie bestimmt.

Es werden erste Ergebnisse aus einer Pilotstudie präsentiert. Weiterhin soll nach Möglichkeiten des Einsatzes der Hochgeschwindigkeitskameratechnik für die Erforschung von Doppeltönigkeit als künstlerisches Stilmittel gesucht werden.



Dipl. Ing. Philipp Aichinger

Berit Schneider-Stickler; Wolfgang Bigenzahn; Anna Katharina Fuchs; Bernhard Geiger; Martin Hagmüller; Gernot Kubin

A-Wien

Philipp Aichinger absolvierte das Diplomstudium "Elektrotechnik-Toningenieur", womit er sowohl technische als auch musikalische Expertise besitzt. Zur Zeit arbeitet er an der Medizinischen Universität Wien und erforscht im Rahmen des Doktoratsprogrammes der Technischen Universität Graz kranke Stimmen aus medizinischer und physikalischer Sicht.

Mozart oder Madonna ? Was ist die richtige Musik für mich als Interpret?

Vom psychologischen Standpunkt aus sollten die Werke, die einstudiert und aufgeführt werden, für den Interpreten "passen". Doch was ist die richtige Musik? In diesem Vortrag wird versucht, anhand von verschiedenen Wirkungs- und Rezeptionsmodellen Leitlinien für die Auswahl der "richtigen Musik" darzulegen.

Reaktionen auf gespielte Musik stellen sich sowohl beim Publikum als auch beim Interpreten ein und sind kognitiver und körperlicher Natur, es entstehen Assoziationen und Gefühlseindrücke, Stimmungen werden beeinflusst. Um lange, zufrieden und gesund musizieren zu können, ist die richtige Balance zwischen Herausforderung und Fähigkeiten zu finden. Präferenzen und Fähigkeiten sind (je Person und auch je Zeitpunkt) unterschiedlich und (auch) von der eigenen Biographie und den erworbenen Wertvorstellungen abhängig. Und die (individuelle) Situation, das (erwartete bzw. tatsächliche) Publikum und das Ziel (des eigenen Musizierens) sollen nie aus den Augen verloren werden. Ob das mit Mozart oder Madonna erreicht wird, können nur Sie entscheiden.



Mag. Thomas Biegl
A-Wien

Mag. rer. nat Thomas Biegl, geb. 1963 in Wien, Justizverwaltungsbediensteter. Nebenberufliches Gesangs- und Psychologiestudium. Psychophysiologische Studie im Rahmen der Diplomarbeit an der Universität Wien bei Univ.-Prof. Dr. Erich Vanecek zum Thema „Glücklich singen – singend glücklich? - Gesang als Beitrag zum Wohlbefinden.“ Erfahrung als Solo- und Chorsänger, Chorleiter, Stimmbildner sowie Kommunikationstrainer. Mitglied der Deutschen Gesellschaft für Musikpsychologie (DGM), der European Society for the Cognitive Sciences of Music (ESCOM), der Deutschen Gesellschaft für Musikphysiologie und Musikermedizin (DGfMM), sowie des Bundes österreichischer Gesangspädagogen (EVTA-Austria). Gründungsmitglied und Leiter der AG Musikpsychologie der Österreichischen Gesellschaft für Musik und Medizin (ÖGfMM). Kontakt: thomas.biegl@gmx.at, www.gluecklichsingend.at

Ein musikmedizinisches Fallbeispiel aus der physiotherapeutischen Praxis

Anhand eines Patienten mit „Schulter-Arm-Syndrom“ wird die physiotherapeutische Befundaufnahme im konkreten Fall geschildert. Sicht-, Tast- und Funktionsbefund von Hals- und Brustwirbelsäule sowie Schulter, Arm und Hand stehen am Beginn der Behandlung.

Es folgt ein präzises Clinical Reasoning, das heißt konsequente Hypothesenbildung und deren Bestätigung oder Ausschluss. Die daraus folgende Behandlung mit den Schwerpunkten Gelenkmobilisation (besonders der cervicothoracale Übergang), Stabilisation und Haltungsschulung reduziert das Problem im Alltag und am Arbeitsplatz deutlich

Da der Patient sehr ambitionierter Musiker ist und sein Hobby einen wichtigen Ausgleich zum Beruf darstellt, wird in weiterer Folge die Bewegungsanalyse am Instrument ein wichtiger Teil der Behandlung.

Es zeigt sich, dass der Patient zunächst sein Instrument gut beherrscht und kurzzeitig auch beschwerdefrei spielen kann. Sobald allerdings die technische Anforderung steigt, entwickelt sich, neben der erhöhten Konzentration, ein symptomauslösendes Bewegungsmuster, das dem ursprünglichen Problem sehr ähnlich ist. Besonders Kopf und Schulterposition sind dazu geeignet, die Beschwerden wieder zu verstärken. Diese Veränderungen während des Spielens laufen unbewusst ab und entziehen sich zunächst völlig der Wahrnehmung des Patienten.

Durch zusätzliche Wahrnehmungshilfen wird das Bewegungsmuster bewusst gemacht und schrittweise verändert. Schulterblatt- und Nervenmobilisation erleichtert eine konstante Armposition in der beim Spielen notwendigen Haltung. Im Laufe der Therapie kann der Patient lernen, dass vieles, von dem was er tut, auch weggelassen werden kann, ohne das Spiel zu unterbrechen.

Da das Musizieren die Beschwerden ursprünglich chronifiziert hat, führt erst die Verbesserung der Situation als Musiker durch geeignete Therapiemaßnahmen letztlich zur Beschwerdefreiheit des Patienten.



PT Andrea Kucera
A-Wien

PT Andrea Kucera: geb. 1963 in Wien | 1981: Matura am neusprachlichen Gymnasium | bis 1984: Ausbildung zur Physiotherapeutin an der Akademie für Physiotherapie am Wilhelminenspital der Stadt Wien | 1983: Basic Teaching Certificate Margaret Morris Movement in Hertford, England (Schwerpunkt Tanz und Bewegungs improvisation) Lehrberechtigung für Unterricht von Anfängern in dieser Methode. | 1984 -1994: Rheumasonderkrankenanstalt der gewerblichen Wirtschaft in Baden bei Wien (Schwerpunkt Orthopädie, Rheumatologie und Rehabilitation) | ab 1985: Ausbildung in Funktioneller Bewegungslehre Klein Vogelbach (FBL) | seit 1994: freiberuflich, tätig in eigener Praxis („...damit Bewegung wieder Vergnügen macht!) u. a. mit musikmedizin. Patienten | 2001: abgeschlossene Manualtherapieausbildung | seit 2002: Allgemein beeidete und gerichtlich zertifizierte Sachverständige | eigene Musikausübung: Blockflöte, Gesang

Harfenunterricht als Therapieform bei SchlaganfallspatientInnen (Fallstudie)

Der Klang von Musik kann heilen – doch was kann das Erlernen des Harfenspiels zuzüglich bewirken? Das Spielen der Harfe verlangt feinmotorische Bewegungsabläufe und gerade diese müssen nach einem Schlaganfall wiedererlernt werden. Das Erlernen des Harfenspiels ist jedoch etwas völlig Neues und weniger frustrierend als das Wiedererlernen feinmotorischer Alltagsbewegungen wie beispielsweise das Schuhezubinden. Die Musik und nicht die Therapie steht im Vordergrund, es gilt vielmehr etwas neu zu erlernen anstatt etwas wiederzuerlernen.

Warum gerade die Harfe? Das Spielen der Harfe erfordert eine Feinabstimmung der Finger-Handfunktion, aber auch eine differenzierte zentrale Rückstabilisation der Handfunktion im Oberarm- Schultergürtel und auch im Rumpfbereich.

Das Spiel mit beiden Händen an der Harfe wirkt sich nicht nur positiv auf die Koordinationsfähigkeit aus, sondern nutzt auch den Transfereffekt, bei dem die betroffene Hand (wie auch in der Spiegeltherapie) von der gesunden Hand lernt.

Ziel dieser Pilotstudie war es, eine Verbesserung der propriozeptiven Diskriminierung und eine dadurch verbesserte kinästhetische Wahrnehmungskompetenz und motorische Kontrolleleistung an der betroffenen Extremität der Probandin durch das Harfenspiel zu bewirken. Außerdem sollte nachgewiesen werden, dass sich die Beschäftigung mit Musik im Zuge des Instrumentalunterrichts positiv auf das emotionale Befinden der Probandin auswirkt.

Insgesamt ließ sich bei dieser Pilotstudie ein Trend ablesen, dass die feinmotorische Kontrolle der distalen Armfunktion eine Tendenz der Verbesserung zeigte. Dies war vor allem im Bereich der Sensorik und Körperwahrnehmung festzustellen. Weiters zeichnete sich eine Tendenz der Stabilisierung eines physiologischen Rekrutierungsmusters der Schultermuskulatur bei Flexionsbewegungen ab.

Die Lebensfreude stieg während des Harfenunterrichts an und fiel nach Beendigung der Intervention abrupt ab.



Dr. MMag. Mona Smale
Barbara Gödl-Purrer; Dr. Mag. Barbara
Wilfling
A-Graz

Dr. MMag. Mona Smale, PGDipTCL
Mona Smale studierte Instrumentalpädagogik und Konzertfach-Harfe an der Universität für Musik und darstellende Kunst Graz und am Trinity College of Music in London. Sie dissertierte am Institut für Wertungsforschung und Musikästhetik an der Universität für Musik und darstellende Kunst Graz und spielt seit 2005 im Grazer Philharmonischen Orchester Harfe. Neben Ihrer Konzerttätigkeit als Solistin und Kammermusikerin widmet sie sich der Ausbildung junger HarfenistInnen. Sie unterrichtete u. a. am Trinity College of Music in London, lehrte und forschte an der Kunstuniversität Graz und unterrichtet an der Erzherzog Johann Musikschule Wies. Ihr wissenschaftlicher Schwerpunkt liegt im Bereich des „Therapeutischen Instrumentalunterrichts“.

Ehrungen & Abschluss

Bekanntmachung und Verleihung der Posterpreise
vom Poster-Preis-Komitee:

Ao. Univ.-Prof. Dr. med. Berit Schneider-Stickler

Dr. Werner Goebel

Prof. Dr. med. Maria Schuppert

1. Preis 250 €
2. Preis 150 €
3. Preis 100 €



SCIENTIFIC BOARD

ÖGfMM

Verleihung der ÖGfMM Ehrenmitgliedschaft an
Prof. Dr. Erich Vanecek.

Erich Vanecek (* 1942) ist emeritierter Professor an der Fakultät für Psychologie der Universität Wien, Pianist und Begründer der Musikpsychologie in Österreich.

Erich Vanecek schloss das Studium der Psychologie und Anthropologie an der Universität Wien ab und erhielt seine Promotion zum Dr. phil. im Jahr 1968. Zwei Jahre lang war er als Betriebspsychologe bei den Österreichischen Bundesbahnen tätig. Ab 1970 widmete er sich wieder ganz der Wissenschaft und war Assistent von Prof. Hubert Rohrer. 1983 schloss er seine Habilitation über Angewandte Lernpsychologie im Unterrichtsgeschehen ab. Seit 1992 war Erich Vanecek Leiter des Fachbereiches Musikpsychologie an der Fakultät für Psychologie der Universität Wien. Seine Arbeitsschwerpunkte waren die psychologischen Aspekte des Instrumentalspiels sowie die Erforschung gehirnphysiologischer, kognitiver und persönlichkeitsbezogener Grundlagen der Musikrezeption und des aktiven Musizierens. "Er machte die psychologiegeschichtliche Forschung am heutigen Wiener Psychologischen Institut salonfähig".

**Veranstungshinweis auf das internationale und interdisziplinäre Symposium
mit Vorträgen – Workshops – Diskussionen – Round Table – Poster Session
am 21./22. Juni 2013 im MUMUTH, Lichtenfelsgasse 12-14, in 8010 Graz**

TRAUM UND WIRKLICHKEIT

Gesundes und motiviertes Musizieren – ein Leben lang (Inter)disziplinäre Ansätze zur Musikergesundheit

Das internationale und interdisziplinäre Symposium zum Thema „Gesundes und motiviertes Musizieren“ will diese unterschiedlichen Perspektiven in den Blick nehmen und bietet ein vielfältiges Programm mit Vorträgen, Workshops, einem Round Table und (in)formellem Erfahrungsaustausch. Eine Auswahl (in der Reihenfolge des Programmes):

- Prof. Dr. Gary McPherson (Melbourne) wird in einem Vortrag und in einem Workshop Einblicke in seine Forschungen zum selbstbestimmten und selbstregulierten Lernen von MusikerInnen geben.
- Prof. Dr. Heiner Gembris (Paderborn) referiert über die Befunde aktueller Studien zur Musikergesundheit bzw. Musikermedizin in der Lebenszeitperspektive.
- Prof. Dr. Wilfried Gruhn (Freiburg) fokussiert neurowissenschaftliche und biomechanische Aspekte von Musik und Motorik.
- Prof. Dr. Horst Hildebrandt (Zürich) beschreibt Möglichkeiten der angewandten Musikphysiologie bzw. Pädagogische Lösungen für medizinische Probleme.
- Prof. Dr. Hartmut Moeller (Berlin) legt in seinem Vortrag und in seinem Workshop den Schwerpunkt auf das Thema Lampenfieber und Aufführungsangst.
- Prof. Dr. Peter Röbbke (Wien) wird grundlegende Überlegungen zur körperlichen, seelischen und geistigen Gesundheit von MusikerInnen vornehmen.
- Dr. Tobias Grosshauser (Zürich) wird über seine Forschungen zur adaptiven und reaktiven Sensor-Technologie beim Musizieren und Unterrichten berichten.
- Die Fokale Dystonie von MusikerInnen steht im Zentrum der Betrachtungen von Dr. Victor Candia (Zürich) und Hildegard Wind (Bamberg).
- Prof. Ulrike Wohlwender (Stuttgart) wird sich gemeinsam mit Herrn Oliver Margulies (Zürich) Fallbeispielen zur Musikerhand widmen und auch einen Workshop zu diesem Thema geben.
- Prof. Dr. Matthias Bertsch (Wien) von der Österreichischen Gesellschaft für Musik und Medizin wird im Rahmen seines Vortrags nationale und internationale Netzwerke zum Thema vorstellen.
- Prof. Dr. Maria Schuppert (Detmold) wird sich schließlich mit der Implementierung von Musikernengesundheit an einer Musikhochschule bzw. Musikuniversität befassen.
- Pete Josephs (Berlin) wird einen Workshop zum Mentalen Training halten.

Der größte Teil der ExpertInnen zu Körpertechniken kommt aus der Umgebung von Graz, damit auch nach dem Symposium die Angebote in Anspruch genommen werden können. An Informationsständen können sich die TeilnehmerInnen über unterschiedliche Möglichkeiten informieren und in Gesprächen mit den ExpertInnen für sie persönlich geeignete Methoden entdecken. Informationen bekommt man zu einem vielfältigen Angebot: Meditation, Yoga, Auftrittstraining, Alexandertechnik, Feldenkrais, Ortho-Bionomy-Methode, QiGong/TaijiQuan/Pilates, Musik-Kinesiologie, Dispokinesis sowie Autogenes Training.

Zu erwähnen sind die Angebote von Elisabeth Grabner (Graz) sowie von Elke Dommisch (Wuppertal): MusikerInnen können sich zu Einzelcoachings anmelden und bekommen im Laufe der beiden Veranstaltungstage individuelle Beratung.

Neben praxisorientierten Informationsmöglichkeiten erhalten die TeilnehmerInnen in Poster Sessions auch Einblick in aktuelle Ergebnisse zu weiteren Projekten und Forschungsaktivitäten auf dem Gebiet der Musikermedizin.

Das Symposium richtet sich an WissenschaftlerInnen, HochschulprofessorInnen für die künstlerische Ausbildung, InstrumentalpädagogInnen, ausübende MusikerInnen, Studierende, PhysiotherapeutInnen und PsychologInnen, MedizinerInnen und andere Interessierte.

Als herausragend dürfen auch die musikalischen Beiträge dieses Symposiums gesehen werden: Szenische Musik wird gestaltet vom Duo Stump/Linshalm mit Short Cuts über den Tag verteilt sowie einem Konzert, in dem nicht nur die Musik eine Rolle spielt, sondern u.a. gezielt Körper, Raum und Licht inszeniert werden.

Organisation: Univ.Prof. Mag. Dr. Silke Kruse-Weber, Email: silke.kruse-weber@kug.ac.at

Weitere Veranstaltungshinweise

16. April 2013 in Wien (A):

MDW - Wissenschaftsseminar - ÖGfMM (Di. 18-20:30 Uhr)

30. April 2013 in Wien (A)

Forum für Körperarbeit, Prävention und Erfahrungsaustausch . ÖGfMM Arbeitsgruppentreffen (Di. 18-21 Uhr)

14. Mai 2013 in Wien (A)

MDW - Wissenschaftsseminar - ÖGfMM (Di. 18-20:30 Uhr)

28. Mai 2013 in Wien (A)

Forum für Körperarbeit, Prävention und Erfahrungsaustausch. ÖGfMM Arbeitsgruppentreffen (Di. 18-21 Uhr)

**7. Juni 2013 im Wiener Stephansdom *
Konzert des „World Doctors Orchestra“
Schubert Messe in Es Dur, und Sinfonie Nr. 7,
„Die Unvollendete“. Dir.: Stefan Willich, World
Doctors Orchestra. Wiener Sängerknaben**

11-15 Juni, 2013 in Jyväskylä, (Finland)

3rd International Conference on Music & Emotion

18. Juni 2013 in Wien (A)

MDW - Wissenschaftsseminar - ÖGfMM (Di. 18-20:30 Uhr)

13./14. June 2013 in Piteå (Sweden)

First Nordic Conference in music medicine Musicians´ Health and Performance

30. Juli bis 8. August 2013 in Stockholm (SE)

Stockholm Music Acoustics Conference 2013 (SMAC 13)

28. August bis 31. August 2013 in Toronto (CAN)

**Third Annual Toronto Regional Meeting of PAMA
When the Artist's Body Says No: Stress and
the Mind-Body Unity in Health and Disease**

28. August 2013 bis 31. August 2013 in Wien (A)

International Symposium on Performance Science (ISPS)

6. - 8. September 2013 in Frankfurt (D)

Jahrestagung der Deutschen Gesellschaft für Musikpsychologie (DGM)

12. Oktober 2013 in Wien (A)

Gesangspädagogische Tagung

26. Oktober 2013 in Zürich (CH)

Gesundes Musizieren im Kindes- und Jugendalter, 11. Symposium der Schweizerischen Gesellschaft für Musik - Medizin SMM

2. November 2013 in Revalidatie Friesland (NL)

Embouchure and Singing International, educational Project for singer, brass & woodwind players

* **Das World Doctors Orchestra (WDO)**, welches 2007 gegründet wurde, verbindet musikalischen Höchstgenuss mit globaler medizinischer Verantwortung. Mit seinen weltweiten Konzerten unterstützt das WDO medizinische Hilfsprojekte. Weiterhin ruft das WDO die Öffentlichkeit zu mehr Hilfsbereitschaft und Engagement auf, um die gesundheitliche Versorgung in Entwicklungsländern zu verbessern.

Jeweils ca. einhundert Ärztinnen und Ärzte des WDO-Mitgliederkreises von über 600 Medizinern aus mehr als fünfzig Nationen tauschen mehrmals im Jahr ihre Kittel gegen Abendkleid und Frack, und musizieren gemeinsam für Not leidende Menschen.



Ärzte, die unsere Vision teilen, hohe Fertigkeiten an klassischen Instrumenten aufweisen und möglicherweise Orchestererfahrungen haben, laden wir gern ein, Teil des Orchesters zu werden und an den Orchesterreisen teilzunehmen. Die jeweiligen Reisen beinhalten Proben und das Coaching durch professionelle Musiker. Geführt wird das WDO durch den Gründer und Dirigenten Stefan Willich, Rektor der Hanns Eisler Akademie für Musik und Professor der Medizin an der Charité - Universitätsmedizin Berlin. (www.world-doctors-orchestra.org)

Gemeinsam kann man jeden Traum verwirklichen.



Unsere 5.000 MitarbeiterInnen beflügeln tagtäglich die Träume von einer Million KundInnen sowie von 100.000 Unternehmen. Denn die schönsten Träume sind nun einmal die, die wahr werden.

Programm in alphabetischer Ordnung der ReferentInnen

Aichinger Dipl. Ing. Philipp & Berit Schneider-Stickler; Wolfgang Bigenzahn; Anna Katharina Fuchs; Bernhard Geiger; Martin Hagmüller; Gernot Kubin: **SA 17:15** (Haydn-Saal) Vortrag Doppeltönigkeit in der Stimmdiagnostik

Albrecht Stefan & Wolfgang I. Schöllhorn, Daniel Janssen, Esther Quarz: **SA 10:15** (Haydn-Saal) Vortrag Individualität von Bewegung in der Musik: Finger- und Körperbewegungen beim Flötenspiel

Angerstein Univ.-Prof. Dr. med. Wolfgang & R. Mauersberger; Th. Massing: **FR 11:30** (Haydn-Saal) Keynote Analogien zwischen Mund- und Stimmrippen: 'The vibrating siblings'

Basler MPH Monica & Lic. phil. Nadine Näpfl Keller: **SA 14:00** (Raum B) Workshop Reflexion über ein nicht alltägliches Projekt - Erfolgsfaktoren für die Integration eines Betrieblichen Gesundheitsmanagements (BGM) im Berufsorchester

Bernatzky Ao. Univ.-Prof. Dr. Günther & Patrick Bernatzky; Dieter Volc; Franz Wendtner: **SA 9:45** (IKM) Vortrag Musik für ParkinsonpatientInnen

Bertsch Ao. Univ.-Prof. Mag. Dr. Matthias & : **FR 18:00:00** (Haydn-Saal) Poster | Kurzvortrag Zum Zungenstoß auf Blechblasinstrumenten

Biegl Mag. Thomas & : **SA 17:30** (Haydn-Saal) Vortrag Mozart oder Madonna? Was ist die richtige Musik für mich als Interpret?

Böhm Dr. med. Karl & : **FR 10:45** (Haydn-Saal) Vortrag Prävention von Blaulichtschäden bei MusikerInnen – photobiologische Sicherheit von Scheinwerfern

Bork Dr. Magdalena & : **SA 14:00** (Raum C) Workshop Das heilsame Potential wertschätzender Gesprächsführung

Brückle BSc PT Maria-Sophie & Prof. Dr. med. Christoff Zalpour; Malika Damian, BSc PT, MA: **FR 18:03:00** (Haydn-Saal) Poster | Kurzvortrag Diagnostic Ultrasound of the Glenohumeral Joint and its Field of Application within the Physiotherapeutic Diagnostic and Treatment of Musicians

Büche Angela & : **SA 15:00** (Raum A) Workshop Systemisches Bewusstsein als Inspiration für ein nachhaltig gesundes Musikerleben

Czernin Katharina & : **FR 15:00** (Raum A) Workshop Atem- und Körperschulung

Damian BSc PT, MA Malika & Carolina Lares-Jaffé, PT, BHealth; Prof. Dr. med. Christoff Zalpour : **FR 10:15** (Haydn-Saal) Vortrag Entwicklung eines standardisierten Erhebungsinstruments zur Erfassung von musikerassoziierten Erkrankungen

Ehrat Dr. med. Hans-Hermann & Dr. Magdalena Bork: **FR 10:30** (Haydn-Saal) Vortrag Bühnenangst – aus idiolektischer Sicht

Emans Mag. BA BA Erika & Ao. Univ.-Prof. Dr. Matthias Bertsch: **FR 18:06:00** (Haydn-Saal) Poster | Kurzvortrag Zwischen Denken und Fühlen

Erler Mag. Judith & Univ.-Prof. Dr. Christoph Louven: **FR 18:09:00** (Haydn-Saal) Poster | Kurzvortrag Auftrittsangst unter Musikstudierenden: Studien zu Verbreitung, Einflussfaktoren und Interventionsmöglichkeiten

Felber Mag. rer. nat. Kristina Franziska & : **SA 9:30** (IKM) Vortrag Potentiale von Musik im Alter – Rezeption und Ausübung mit neurokognitivem Bezug zu Demenz

Friesenbichler MA Paul & : **SA 15:00** (Raum B) Workshop fit4music Fitness

Furrer Eva & : **FR 15:00** (Raum D) Workshop Lu Jong - Tibetisches Heil yoga

Gazsó Mag. Elisabeth & : **FR 14:00** (Raum A) Workshop Hypnose zur Stressbewältigung

Gembris Prof. Dr. Heiner & Sebastian Schua, PD Dr. med. Friedrich Ebinger: **FR 17:30** (Haydn-Saal) Vortrag Schmerzen beim Üben und Musizieren bei Kindern und Jugendlichen

Goebel Dr. Werner & : **FR 16:30** (Haydn-Saal) Keynote Mit Bewegungsanalyse zur Virtuosität? Die Möglichkeiten moderner Motion-Capture-Technologie für effizientere Klaviertechnik

Gorbach Dipl.art Thomas & Heinz Grühling; Ruth Grühling (D-Buchenberg): **FR 18:12:00** (Haydn-Saal) Poster | Kurzvortrag Dynamische Integration (DYNINTEGRA®), sensomotorische Bewegungslehre für den Musikunterricht

Grebosz-Haring Dr. Katarzyna & Prof. Dr. habil. Gunter Kreutz; In Memoriam Univ.-Prof. Dr. Horst-Peter Hesse: **SA 10:00** (IKM) Vortrag Musical, creative and cognitive task performance in primary school children: A longitudinal study

Häusle-Paulmichl Mag. Dr. Gunhild & : **SA 14:00** (Raum D) Workshop Emotionen und Gefühle auf der Bühne: praktische Tools für MusikerInnen

Hauser-Dellefant Institutsvorständin Univ.-Prof. Dipl.-Rhyth. Angelika & : **FR 08:55** (Haydn-Saal) Begrüßung Zum Geleit

Heye M.Sc., Dipl.-MTH (FH) Andreas & : **SA 9:00** (Haydn-Saal) Vortrag Doppelbelastung in der Ausbildung musikalisch (hoch)begabter Jugendlicher

Hille Ao. Univ.-Prof. Paul & : **FR 18:15:00** (Haydn-Saal) Poster | Kurzvortrag Zeit und Raum zum Aufhorchen: Ich höre also sing ich

Hofmann Dipl. Musikl. Alex & Michael Weigluni, Werner Goebel, Walter Smetana: **SA 10:00** (Haydn-Saal) Vortrag Die Sensorklarinette - Ein Messinstrument für Fingerkräfte beim Klarinettenspiel

Holzer Bakk. Sabrina & OA Dr. med. univ. Bernhard Riebl; Ao. Univ.-Prof. Mag. Dr. Matthias Bertsch: **FR 18:18:00** (Haydn-Saal) Poster | Kurzvortrag Nervenkompressionssyndrome der oberen Extremität bei MusikerInnen

Hong Dr. Wen-Tsien & : **FR 14:00** (Raum C) Workshop Yoga für MusikerInnen und WissenschaftlerInnen

Hundstorfer Mag. Eva & Sedghi Komanadj, T.; Genik, F.; Keilani, M.; Crevenna, R.: **FR 18:21:00** (Haydn-Saal) Poster | Kurzvortrag Psychophysiologische Reaktionen auf den gezielten Einsatz von Musik zur Schmerzreduktion nach luxierter Schambeinastraktur bei multiplem Myelom

Kaczyk BSc PT Tom Manuel & Floris van Vugt BSc MSc MSc PhD cand.; Prof. Dr. med. Christoff Zalpour; Prof. Dr. med. Dipl. mus. Eckart Altenmüller: **FR 18:24:00** (Haydn-Saal) Poster | Kurzvortrag Manipulation der auditiv-sensomotorischen Kopplung mit einem elektronischen Klavier in der Rehabilitation bei Patienten nach Schlaganfall

Kaisersberger BSc OT Lena & Prof. Dr. med. Christoff Zalpour; Carolina Lares Jaffé, PT, BHealth: **FR 18:27:00** (Haydn-Saal) Poster | Kurzvortrag Slacklinetraining to improve sensorimotor skills in musicians - A pilot study

Kamilarov Stefan & : **SA 9:30** (Haydn-Saal) Vortrag Unvereinbarkeit physiologisch opportuner Körperhaltung mit den Notwendigkeiten, Bedürfnissen und Gewohnheiten der ausübenden MusikerInnen

Kerber Prof. Dr. med. Sebastian & : **FR 9:00** (Haydn-Saal) Keynote Internistische Aspekte in der Musikermedizin

Keßler Dipl. Rhythm. Hanna & : **FR 14:00** (Raum D) Workshop Ready for concert! Warming up

Kruse-Weber Univ. Prof. Mag. Dr. Silke & : **FR 17:00** (Haydn-Saal) Vortrag Umgang mit Fehlern beim Musizieren und Unterrichten

Kucera PT Andrea & : **SA 17:45** (Haydn-Saal) Kurzvortrag Fallbeispiel Ein musikmedizinisches Fallbeispiel aus der physiotherapeutischen Praxis

Lahme Dr. med. dent. Joachim & : **FR 18:30:00** (Haydn-Saal) Poster | Kurzvortrag Musician's Embouchure: Emprovement - Optimization & Restauration

Lares-Jaffé PT, BHealth Carolina & BHealth; Malika Damian, BSc PT, MA; Regine Lohss PT, BSc cand., Prof. Dr. med. Christoff Zalpour: **FR 17:15** (Haydn-Saal) Vortrag Was kann man aus der Musikersprechstunde des INAP/O Osnabrück lernen?

Laurentiu MMag. Dr. Beldean & : **FR 18:36:00** (Haydn-Saal) Poster | Kurzvortrag Spektralanalyse in der Musik und ihre Auswirkungen in Musiktherapiestudien (Therapie durch Musik)

Lohss BSc PT cand. Regine & Prof. Dr. med. Christoff Zalpour; Dirk Möller: **FR 18:39:00** (Haydn-Saal) Poster | Kurzvortrag Physiologische Anforderungen des Violinspiels - Eine systematische Literaturrecherche

Louis DI Monika & : **SA 15:00** (Raum C) Workshop Geschmeidig fokussiert spiele ich im Raum: 'Eutonie Gerda Alexander'®

Margulies Dipl. Mus. MAS Oliver & Christoph Wagner (Hannover), Ulrike Wohlwender (Stuttgart) Jannis Wernery u. Horst Hildebrandt (Zürich): **FR 18:42:00** (Haydn-Saal) Poster | Kurzvortrag Zürcher Zentrum Musikerhand (ZZM) im Aufbau - Hände verstehen, Instrumentalspiel erleichtern

Milek Hedi & : **FR 15:00** (Raum B) Workshop Mein Angstmonster, Feind - oder Freund ?

Mirza BSc PT Jasmin & Prof. Dr. med. Christoff Zalpour; Carolina Lares-Jaffé, PT, BHealth: **FR 18:48:00** (Haydn-Saal) Poster | Kurzvortrag The Pilates method in professional dance – a physiotherapeutical analysis

Näpfl-Keller Lic. phil. Nadine & MPH Monica Basler: **FR 18:51:00** (Haydn-Saal) Poster | Kurzvortrag Entwicklung eines Betrieblichen Gesundheitsmanagements (BGM) in der Philharmonia Zürich

Pawelec Mag. Wiktoria & Małgorzata Sierszeńska - Leraczyk: **FR 18:54:00** (Haydn-Saal) Poster | Kurzvortrag Work-related musculoskeletal disorders among string players - questionnaire results

Pilger Dipl.-Ing Alexander & H. Haslacher, E. Ponocny-Seliger, T. Perkmann, K. Böhm, A. Budinsky, A. Girard, K. Klien, G. Jordakieva, L. Pezawas, O. Wagner, J. Godnic-Cvar, R. Winker.: **SA 16:30** (Haydn-Saal) Keynote Messung von Stressparametern bei Orchestermmitgliedern

Podnar Mag. Bakk. Marija & Ao. Univ.-Prof. Dr. Matthias Bertsch: **FR 18:57:00** (Haydn-Saal) Poster | Kurzvortrag Wärmekamerastudie zur Muskelaktivität beim Spiel asymmetrischer Instrumente

Preuner Mag. Michael & : **SA 11:15** (Haydn-Saal) Vortrag Mentale Trainingsformen im Spitzensport und deren Auswirkungen auf Leistungsfähigkeit, Regeneration und Rehabilitation – ein Überblick

Richter Dr. Christine & Prof. Andreas de Bruin: **FR 19:00:00** (Haydn-Saal) Poster | Kurzvortrag Abstracts Musicosophia – Musik bewusst hören

Ritter MA Aileen & Univ.-Prof. Dr. Christoph Reuter: **FR 19:03:00** (Haydn-Saal) Poster | Kurzvortrag Die Rolle der Lautstärke bei Gänsehaut-Effekten durch Musikhören

Rois-Merz Mag. Esther & : **FR 12:30** (Haydn-Saal) Vortrag Akustische Untersuchung von MusikerInnen-Gehörschutz

Roiting Helene & : **FR 15:00** (Raum C) Workshop Durchlässigkeit von Anfang an! Eutonie Gerda Alexander @

Schneider-Stickler Ao. Univ.-Prof. Dr. med. Berit & : **SA 17:00** (Haydn-Saal) Vortrag Stimmermüdigkeit und Stimmerholung bei SängerInnen

Schnetzinger MMag. Barbara & : **SA 10:15** (IKM) Vortrag Musikpädagogik und Musiktherapie. Berührungsfelder und Grenzen

Schobel Dr. med. Johannes & Mag. Maria Schobel: **FR 12:00** (Haydn-Saal) Vortrag Tinnitus - Das Phantomgeräusch im Kopf und was Sie dagegen tun können

Schöchli Agnes & : **FR 19:06:00** (Haydn-Saal) Poster | Kurzvortrag Lola, das kleine Cello

Shuppert Prof. Dr. med. Maria & : **FR 19:09:00** (Haydn-Saal) Poster | Kurzvortrag Kreativität und Motivation: Ansätze für den Orchesterbereich?

Sielermann BSc PT Felix & Prof. Dr. med. Christoff Zalpour; Prof. Dr. Eckart Altenmüller: **FR 19:12:00** (Haydn-Saal) Poster | Kurzvortrag Focal Dystonia: Diagnosis and Treatment from a physiotherapeutical point of view: a systematic review

Smale Dr. MMag. Mona & Barbara Gödl-Purrer; Dr. Mag. Barbara Wilfling: **SA 17:50** (Haydn-Saal) Kurzvortrag Fallbeispiel und Poster Harfenunterricht als Therapieform bei SchlaganfallpatientInnen (Fallstudie)

Steffens Willibert & Deutschen Orchestervereinigung (DOV): **SA 9:15** (Haydn-Saal) Vortrag Frustration bei Orchestermusikern: zu viel Fremdbestimmung, zu wenig Eigenverantwortung

Stegemann Univ.-Prof. Dr. med. Thomas & : **SA 9:00** (IKM) Vortrag Stress, Entspannung und Musik – ein neurobiologisches Update

Stein BSc PT Yvonne & Prof. Dr. med. Christoff Zalpour; Malika Damian, BSc PT, MA: **FR 19:15:00** (Haydn-Saal) Poster | Kurzvortrag Study design for a longitudinal study about the general and specific health status of music students

Stelzhammer-Reichhardt Mag. Dr. Ulrike & Mag. Esther Rois-Merz: **FR 12:15** (Haydn-Saal) Vortrag Beethovens Erbe – Grundlegende Überlegungen zur Hörminderung bei Musikern

Türk-Espitalier PT, Dipl. mus. Alexandra & : **FR 10:00** (Haydn-Saal) Vortrag Die Rolle der Faszien in der MusikerInnenbehandlung

Vencel Miroslav & : **SA 15:00** (Raum D) Workshop Beeinflussung der Körperhaltung nach Prinzipien der Entwicklungskinesiologie und Yoga bei Musikern

von Kameke-Frischling Uta & : **FR 19:18:00** (Haydn-Saal) Poster | Kurzvortrag Prozessorientierte Gesangspädagogik als missing link zwischen Körpertherapie und Gesang

von Skrbensky Univ.-Ass. Prof. Dr. med. Gobert & E. Baranyai: **SA 10:30** (IKM) Vortrag Arthroskopische Sanierung gelenknaher Überlastungen an der oberen Extremität durch Musizieren
Tänzern - Eine empirische Studie

Weis-Danhofer Dr. Monika & : **SA 14:00** (Raum A) Workshop Phänomen Hypnose: vielfältige Anwendungsmöglichkeit auch für MusikerInnen?

Woldendorp Dr. med. Kees Hein & Pieter van de Werk MD; Anne M. Boonstra MD, PhD ; Roy E. Stewart , PhD; Egbert Otten, PhD: **SA 9:45** (Haydn-Saal) Vortrag Die Beziehung von Muskelaktivierungen und chronischen Schmerzen bei MusikerInnen

Zgainski Dr. med. Magdalena & : **FR 9:45** (Haydn-Saal) Vortrag Berufsbedingte Schmerzen bei MusikerInnen - Symptome und Therapie

Ziolkowski BSc PT Sabine & Prof. Dr. med. Christoff Zalpour; Prof. Dr. Harry von Piekartz: **SA 10:30** (Haydn-Saal) Vortrag Mastikatorische Aktivitäten und chronischer Stress bei Klavierstudenten

Die musikalische Umrahmung der Veranstaltung wird gestaltet

vom Blockflötenensemble
Irena Dopitova, Iris Manyá,
Jin Yan, Claudia Molon

dem Flötenensemble
Theresa Fürntrath, Elisabeth Moser,
Carolin Ratzinger, Karoline Schöbinger

dem Blockflötenduo
Silja Hoepfner und Bianca Resch

sowie von
Melanie Hosp, Gitarre
Magdalena Moser, Klarinette
Dubee Sohn, Klavier
Maria Sohn, Violine

Koordination:
Mieke Stoel

FREITAG 22. März	
08:00	
08:15	Registrierung
08:30	
08:45	
08:45	08:55 Uhr Begrüßung
09:00	Vorträge <i>Chair: Bernhard Riebl</i>
09:15	
09:30	
09:45	
10:00	
10:15	
10:30	
10:45	Musikalische Kaffeepause
11:00	
11:15	
11:30	Vorträge <i>Chair: Berit Schneider-Stickler</i>
11:45	
12:00	
12:15	
12:30	
12:45	
13:00	Gemeinsames Mittagessen
13:15	
13:30	
13:45	
14:00	
14:15	Workshops I-IV <i>Chair: Christine Weisser</i>
14:30	
14:45	Raumwechsel
15:00	Workshops IV-VIII <i>Chair: Christine Weisser</i>
15:15	
15:30	
15:45	
16:00	
16:15	Musikalische Kaffeepause
16:30	Vorträge <i>Chair: Michael Peschka</i>
16:45	
17:00	
17:15	
17:30	
17:45	
18:00	Kurze Pause
18:15	Kurzvorträge Poster <i>Chair: Matthias Bertsch</i>
18:30	
18:45	
19:00	
19:15	Posterbegehung und Reflexion bei Weinverkostung mit Fingerfood
19:30	
19:45	
20:00	
20:15	
20:30	
20:45	
21:00	Ende
21:15	
21:30	

SAMSTAG 23. März	
	Registrierung
08:30	
08:45	
09:00	Vorträge Haydn-Saal <i>Chair: Karl Böhm</i> Vorträge IKM <i>Chair: Günther Bernatzky</i>
09:15	
09:30	
09:45	
10:00	
10:15	
10:30	
10:45	Musikalische Kaffeepause
11:00	Vortrag Roundtable
11:15	
11:30	
11:45	
12:00	
12:15	
12:30	Gemeinsames Mittagessen
12:45	
13:00	
13:15	
13:30	
13:45	
14:00	Workshops VIII-XI <i>Chair: Sabine Skopal</i>
14:15	
14:30	
14:45	Raumwechsel
15:00	Workshops XII-XVI <i>Chair: Sabine Skopal</i>
15:15	
15:30	
15:45	
16:00	Musikalische Kaffeepause
16:15	Vorträge <i>Chair: Thomas Biegl</i>
16:30	
16:45	
17:00	
17:15	
17:30	
17:45	Auszeichnungen
18:00	Ende
18:15	

www.MusikundGesundheit.at

www.oegfmm.at



GdG-KMSfB

NEUROTH

Besser hören. Besser leben.



österreichische
LOTTERIEN

WIEN
KULTUR



Ärztezentrale
Ihre Druckerei in der City
www.aerztezentrale.co.at