

50 Jahre Musikphysiologie an der mdw – 15 Jahre ÖGfMM



ÖGfMM Symposium 2024

11. – 13. April an der mdw in Wien

Body, Mind & Music

Tagungsband

Veranstaltet von der Österreichischen Gesellschaft für Musik und Medizin
(ÖGfMM) in Kooperation mit der Abteilung Musikphysiologie (Inst. 13)
an der mdw – Universität für Musik und darstellende Kunst Wien

ÖGfMM

Österreichische Gesellschaft für
Musik und Medizin



Abteilung
Musikphysiologie



universität
für musik und
darstellende
kunst wien

Inhalt	Seite
Motto & Grußworte	3
Organisation	4
Impressum	6
Tagungsbüro	6
Beitragende chronologisch	8
Beiträge ab Do. 13:00 Uhr	12
Posterbeiträge am Do. 16:30 Uhr	25
Roundtable Do. 17:15 Uhr.	44
Beiträge ab Fr. 9:00 Uhr	47
Beiträge ab Fr. 14:00 Uhr	70
Beiträge ab Sa. 9:00 Uhr	98
Beiträge ab Sa. 14:00 Uhr	115
Zur Abteilung Musikphysiologie.	134
Zum Lehrgang Musikphysiologie	140
Zertifizierung / Fortbildungspunkte	145
Zur ÖGfMM	144
Zeitplanübersicht	146
Beitragende alphabetisch.	147

Veranstaltungsräume

siehe Plan 

Hauptgebäude A

- Joseph Haydn-Saal: 1. Stock
- Batiken-Saal: 1. Stock
- Foyer (Buffet): 1. Stock
- Garderobenraum: Erdgeschoss Aula
- Tagungsbüro: Erdgeschoss Aula

Hauptgebäude C

- Clara Schumann-Saal: Erdgeschoss nach rechts
- Fanny Hensel-Saal: Erdgeschoss nach links

Gebäude S

- spiel|mach|t|raum: 2. Stock
- Bankettsaal: Erdgeschoss

Gebäude V, Future Art Lab

- Motion-Emotion-Lab: 2. Stock
- Seminarraum Links: 2. Stock

Campus der Universität für Musik und darstellende Kunst Wien

1030 Wien; Anton-von-Webern-Platz 1



Body, Mind & Music

Musik ist eine Sprache, die aus dem Körper und der Seele strömt. Ein bewusster Fokus auf das eigene Wohlbefinden ermöglicht es dabei, diese Sprache kraftvoll zu übersetzen und Geschichten zu erzählen, die das Publikum begeistern.

Durch einen gesunden Körper bewege ich meine Drumsticks mit Präzision, während ein klarer Geist die Kreativität und musikalische Intuition beflügelt.

Martin Grubinger

Schirmherr des Symposiums



Photo: Inge Prader

Ulrike Sych

Rektorin der mdw

Seit 50 Jahren ist die Musiker_innengesundheit an der mdw fest verankert in der Abteilung Musikphysiologie unseres Institut 13, des Instituts für Musik- und Bewegungspädagogik/

Rhythmik sowie Musikphysiologie.

Aus Anlass dieses Jubiläums blicken wir mit großem Stolz auf die wunderbare und höchst erfolgreiche Entwicklung dieser Abteilung an der mdw – Universität für Musik und darstellende Kunst Wien.

Das Fachgebiet der Musikphysiologie ist mit seiner Verschränkung von Musik und Medizin von großer Bedeutung für Musikerinnen und Musiker in ihrer täglichen künstlerischen Praxis.

Die Abteilung der mdw öffnet unseren Studierenden ein breites inhaltliches Spektrum: neben den Grundlagen- und Aufbauvorlesungen über Musikphysiologie im Pädagogik- und Instrumentalstudium betreuen die Lehrenden der Abteilung Musikphysiologie die Studierenden unserer Universität sowohl im Einzel- als auch im Gruppenunterricht, in Atem- und Körperarbeit.

Die Abteilung bietet in höchster fachlicher Qualität Probespieltraining, Auftrittcoaching, Mentaltraining, Konzentrationspraxis, Atem- und Körperarbeit, autogenes Training, Yoga und Feldenkrais.

Nicht zuletzt konnte die Abteilung Musikphysiologie in den vergangenen Jahren eine umfassende international anerkannte Expertise im wissenschaftlichen Bereich aufbauen. So betreut die Abteilung neben diversen Forschungsseminaren auch Bachelor-, Master- und Doktorarbeiten.

Die an der Abteilung verankerte interdisziplinäre Forschung zu physiologischen, psychologischen, medizinischen und akustischen Aspekten des Musizierens trägt entscheidend zum hohen Renommee der wissenschaftlichen Säule unserer Universität bei.

Im Namen des Rektorats gratuliere ich der Abteilung Musikphysiologie zu den zukunftsweisenden Errungenschaften der vergangenen 50 Jahre und freue mich auf die Weiterentwicklung der vielfältigen Aspekte der Musikphysiologie in den kommenden Jahren!

Ulrike Sych





Gerda Müller

Vizerektorin und Leiterin der Steuerungsgruppe Kunst und Gesundheit an der mdw

Als Vizerektorin für Organisationsentwicklung und Diversität freue ich mich ganz besonders, dass wir 2024 ein außergewöhnliches Jubiläum begehen können: „50 Jahre

Musiker_innengesundheit an der mdw“.

Seit vielen Jahren darf ich Teil des Teams von Kunst & Gesundheit sein und gemeinsam mit den Expert_innen der mdw diesen so wichtigen Bereich mitgestalten und entwickeln. Dabei habe ich sowohl auf beruflicher als auch auf persönlicher Ebene viel lernen können.

Wir alle wissen, wie wichtig psychische und physische Gesundheit für das Studieren und Arbeiten sind. Als Universität sind wir in der Verantwortung, für unsere Angehörigen bestmögliche Rahmenbedingungen zu schaffen – und das eben auch mit Blick auf Gesundheitsfragen.

Im Laufe der Jahre wurde an der mdw ein vielseitiges Angebot in Lehre, Forschung und Weiterbildung geschaffen, um Bewusstseinsbildung zu fördern und Eigenverantwortung zu steigern. Ich möchte mich bei allen Lehrenden der Musikphysiologie ganz herzlich für die hervorragende Arbeit bedanken und sage herzlichen Glückwunsch zu

„50 Jahren Musiker_innengesundheit an der mdw“.

Anke Steinmetz

Vizepräsidentin der DGfMM



Sehr geehrte Damen und Herren, liebe Freundinnen und Freunde der Österreichischen Gesellschaft für Musik und Medizin!

Das diesjährige Symposium der ÖGfMM feiert heuer 50 Jahre Musikphysiologie an der mdw und 15 Jahre ÖGfMM.

Das Jahr 1974 ist offenbar ein zentrales Jahr für die Geburtsstunde der Musikphysiologie im deutschsprachigen Raum! In diesem Jahr wurde Christoph Wagner (1931-2013) an die Hochschule für Musik und Theater Hannover als Professor für Musikphysiologie berufen, wo er das renommierte Institut für Musikphysiologie und Musiker-Medizin aufbaute. Ebenfalls 1974 gründete Hilde Langer-Rühl (1911–1990), Pianistin und studierte Komponistin, einen „Lehrgang für Atem-, Stimm- und Bewegungserziehung für Instrumentalisten“ an der Universität für Musik und darstellende Kunst Wien. Als Schülerin von Clara Schläffhorst und Hedwig Anderen hatte sie neben Klavier über 15 Jahre auch Atem- und Stimmkunde unterrichtet, bevor ihre Erfahrungen auf dem Gebiet der Atem-, Stimm- und Körperarbeit in den neuen „Lehrgang für Atem-, Stimm- und Bewegungserziehung für Instrumentalisten“ einfließen. Ihr ganzheitlicher Ansatz zielte durch Atem-, Stimm- und Bewegungsschulung auf eine Harmonisierung des physischen Spannungstonus‘ und des geistigen und musikalischen Zugangs zur Musik. Diesen Ansatz könnten wir heute auch Body, Mind & Music - das Motto des diesjährigen Symposiums - nennen.

In diesem Sinne schließt sich mit dem spannenden Programm dieses Jubiläumssymposiums der Kreis und wir können uns auf renommierte Keynote-Speaker, interessante und vielseitige Themen und Vorträge freuen. Auch die Musikphysiologie und Musikermedizin stehen vor der Herausforderung, die Vielfalt der Angebote im Bereich Gesundheit für Musiker_innen mehr denn je auch unter dem Aspekt der Wissenschaftlichkeit und Evidenz zu beleuchten. Auch die Mind-Body-Medizin hat sich in den letzten Jahren mehr und mehr ihrer wissenschaftlichen Evaluation verschrieben und bietet mit ihrem integrativen Ansatz beste Voraussetzungen für den Erhalt und die Wiederherstellung der Musiker_innengesundheit.

Freuen wir uns also auf 3 Tage fruchtbaren Austausch und Diskussion im Spannungsfeld Body, Mind, Music & Medicine.

Die Deutsche Gesellschaft für Musikphysiologie und Musikermedizin gratuliert der Universität für Musik und darstellenden Kunst Wien und der Österreichischen Gesellschaft für MusiK und Medizin auf das Herzlichste und wünscht eine wunderbare Tagung!

 **Deutsche Gesellschaft für Musikphysiologie und Musikermedizin e.v.**



Coretta Kurth

**Abteilungsleiterin der Abteilung
Musikphysiologie an der mdw**

Sehr geehrte Teilnehmer_innen, liebe Kolleg_innen!

Ich freue mich sehr, Sie als Leiterin der Abteilung Musikphysiologie willkommen heißen zu dürfen!

Wie schön, dass wir drei Tage lang die Möglichkeit haben werden, uns auszutauschen: Musik, Wissenschaft, Körperarbeit, Mentalarbeit, Medizin, Psychologie... treffen und mischen sich, um einander zu bereichern und zu ergänzen. Ich hoffe, dass wir dabei unserem Ziel einen Schritt näherkommen, dass Musiker_innen freier, entspannter, erfolgreicher, gesünder und glücklicher musizieren und leben können.

Im Rahmen dieses Symposiums feiern wir auch 50 Jahre Musiker_innengesundheit an der mdw und 15 Jahre ÖGfMM: ein guter Anlass, sich an Vergangenes zu erinnern und Zukünftiges zu planen. An den Round Tables werden wir einerseits mit Musiker_innen und andererseits mit Musikphysiolog_innen dazu diskutieren.

Wie Sie sich vorstellen können, braucht es für die Planung und Durchführung eines Symposiums mit über 100 Referent_innen und Workshopleiter_innen viele helfende Hände: Ihnen möchte ich ganz besonders danken!

Allen voran der Rektorin der mdw Ulrike Sych und der Vizerektorin Gerda Müller: ihrem offenen Ohr für unsere Anliegen ist es zu verdanken, dass wir diese Veranstaltung abhalten können.

Besonders bedanken möchte ich mich bei unserem Kollegen, dem Präsidenten der ÖGfMM, Matthias Bertsch. Ohne seiner Vision und Umsetzungsstärke wären wir heute nicht hier.

Alles wäre nicht möglich ohne die Unterstützung vieler Personen an der mdw, die für die Bereitstellung von Räumlichkeiten, Technik und Ausstattung etc. zuständig sind. Ihnen allen ein herzliches Dankeschön!

Bedanken möchte ich mich auch bei dem Präsidium der ÖGfMM und bei sämtlichen Mitgliedern unserer Abteilung Musikphysiologie für die gemeinsame Vorbereitung und Abhaltung unseres Symposiums!

Ich wünsche uns allen informative und spannende Tage voller bereichernder Begegnungen mit Menschen und inspirierende Blicke auf interessante Themen.

Matthias Bertsch

ÖGfMM Präsident

Im Rahmen des Symposiums „Body, Mind & Music“, dem größten Vernetzungs- und Weiterbildungsereignis Österreichs, möchte auch ich Sie herzlich begrüßen.

Wir dürfen uns auf herausragende Keynotes wie „Top performen, wenn's drauf ankommt“ und „inTakt – Vom Gesundheitssolisten zum Ensemblemitglied“ oder „Auswirkung von Musik auf die Gesundheit: Evidenzbasierte Einblicke und praktische Anwendungen“ freuen.

Unsere Workshops decken ein breites Spektrum ab, von Titeln wie „Mein Körper – mein Instrument: Atmung“ bis hin zu innovativen Ansätzen in Musiktherapie und Technologie, wie beispielsweise „Wie du lernst, dich zu fokussieren“, „Instrumente für Linkshänder?“ oder „Stimme – Gesunderhaltung und Prävention von Störungen“.

Die Vielfalt der Fachbereiche spiegelt sich auch in der Vielfalt der Vorträge und Poster wider, mit Themen wie der Prävention von Überlastungen beim Musizieren, der physischen und psychischen Gesundheit von Musiker_innen sowie der Wirkung von Musik auf Gehirn und Körper.

Es ist mir eine Ehre und eine Freude, als Präsident der ÖGfMM an dieser bedeutenden Veranstaltung mitwirken und alle Teilnehmenden begrüßen zu dürfen.

Neben dem fachlichen Austausch freuen wir uns auch auf das gemeinsame Feiern der Jubiläen, wenn alle bei Music, Snacks & Drinks auf der ÖGfMM PARTY mit gemeinsamer Jam-Session zusammenkommen. Denn das Symposium verspricht nicht nur eine Bereicherung unseres fachlichen Wissens, sondern auch eine Stärkung der Gemeinschaft aller, die sich der Gesundheit und dem Wohlbefinden von Musizierenden widmen.

Ich wünsche uns allen inspirierende Tage voller Lernen, Austausch und Musik. Herzlich willkommen zu „Body, Mind & Music“ – einem Symposium, das unsere Leidenschaft für Musik und Gesundheit vereinen soll und uns in unserer täglichen Arbeit inspirieren wird.

Mit herzlichen Wünschen
in B-Dur

Matthias Bertsch



Impressum

- » Tagungsband zum ÖGfMM Symposium „Body, Mind & Music 2024“
- » ÖGfMM Newsletter - Band 8
- » Wien: ÖGfMM, 2024
- » ISSN 2218-2799 (*Online PDF*)
- » ISSN 2218-2780 (*Druckausgabe*)
- » Preis: 38 €
- » Herausgegeben von:
Matthias Bertsch & Coretta Kurth
- » Lektorat: Sabine Skopal
- » Satz/Layout: Auguste von Herzberg
- » Druck: Onlineprinters.at

Fotos & Abbildungen: Das Copyright der Fotos von Beitragenden liegt bei den Referent_innen bzw. den angegebenen Urheber_innen. Bilder ohne Angaben sind lizenzierte Adobe Stock Grafiken, darunter auch das Logo des Events.

Tagungs-Sponsoren

Wir danken herzlich unseren Sponsoren:

LSG – Wahrnehmung von Leistungsschutzrechten GmbH / Österreichische Interpretengesellschaft (OESTIG); Thomastik-Infeld GmbH; HANSA-FLEX; VAMED; REMEDIA; team-santé Salvator-Apotheke; Erbhof Nährer; Neuroth; Firma Mürnseer; Kaufhaus Steffl.

Ferner dankt die ÖGfMM dem Rektorat der Universität für Musik und darstellende Kunst Wien für die großzügige Bereitstellung der Infrastruktur am Hause, und dem Institut „Musik- und Bewegungspädagogik/Rhythmik sowie Musikphysiologie“ für den Druck des Tagungsbandes.



Institut für Musik- und
Bewegungspädagogik/
Rhythmik sowie
Musikphysiologie

Tagungsbüro



Dorothea Krassnitzer

Leiterin des
Tagungsbüros



Bitte informieren Sie sich bei den Aushängen im Tagungsbüro über kurzfristige Änderungen im Programmablauf. Sie finden dort auch die Informationen für die Raumzuteilungen der Workshops.

Für Fragen zum Thema Fortbildungspunkte und Zertifizierungen, sowie andere administrative Belange wenden Sie sich an das Tagungsbüro.

Hinweis

Für Social Media und andere Medien wird während der Veranstaltung auch fotografiert. Sollten Sie keine Veröffentlichung Ihrer Bilder wünschen, bitten wir Sie, formlos den oder die Fotograf_in zu informieren, oder informieren Sie das Tagungsbüro bzw. senden eine Email an oegfmm@gmx.at.



Tagungsleitung

- » Ao. Univ.-Prof. Dr. **Matthias-Bertsch**
- » Ass-Prof. Dr. med **Michael Peschka**

In Kooperation mit der mdw

- » Vizerektorin Mag. **Gerda Müller**
- » Abteilungsleiterin **Coretta Kurth**

Scientific Organizing Committee

- » Ass. Prof. Dr. med. **Michael Peschka**
- » Ao. Univ.-Prof. Mag. Dr. **Matthias Bertsch**
- » Univ. Prof. Dr. **Christoph Reuter**
- » **Coretta Kurth**
- » Mag. **Sabine Skopal**
- » Dr. **Alexandra Türk-Espitalier**
MSc PT, Dipl. mus.
- » **Hedi Milek**
- » **Helene Roitinger**
- » **Angela Büche** MSc.
- » Dr. MMag. **Mona Smale**
- » Mag. **Andrea Bold**
- » **Leonhard Königseder, MA**
- » MMag. **Josipa Bainac-Hausknecht**
- » **Sophia Simon**

Tagungsbüro

- » Mag. **Dorothea Krassnitzer**
oegfmm-tagung@gmx.at

Service & Support

- » Mag. **Frederike Demattio**

Tagungswebsite

oegfmm.at/bmm24

Kontakt:

- » Email: OeGfMM@gmx.at
- » Postanschrift:
ÖGfMM c/o Dr. Matthias Bertsch
- » Universität für Musik u. darst. Kunst Wien
Anton-von-Webern-Platz 1 (K0109)
A-1030 Wien

Präsidium der Österreichischen Gesellschaft für Musik und Medizin

- » Ao. Univ.-Prof. Mag. Dr.
Matthias Bertsch (Präsident)
- » Ass. Prof. Dr. med.
Michael Peschka (Stv. Präsident)
- » Dr. MMag. **Mona Smale** PGDipTCL
(Geschäftsführerin)
- » Mag. **Dorothea Krassnitzer**
BA (Schatzmeisterin)
- » **Angela Büche** MSc. (Stv. Geschäftsführerin)
- » Ao. Univ.-Prof. Dr.
Günther Bernatzky (Stv. Schatzmeister)

ÖGfMM Arbeitsgruppenleiter_innen

- » Univ. Prof. Dr. **Christoph Reuter** (AG
Ltg.: Wissenschaft und Forschung)
- » Ass. Prof. Dr. med. **Michael Peschka**
(AG Ltg. Musikermedizin)
- » Dr. MMag. **Mona Smale** (AG
Ltg.: Musikphysiologie)
- » Mag. Dr. **Ulrike Stelzhammer-
Reichhardt** (AG Ltg. Hörgesundheit)
- » **Angela Büche** MSc. (AG Ltg.:
Musikpsychologie & Coaching)
- » Univ.-Prof. Dr. med. Dr. sc. mus. **Thomas
Stegemann** & Dr.med.univ. **Monika
Glawischnig-Goschnik**
(AG Ltg.: Musikwirkung)
- » MMag. **Josipa Bainac-Hausknecht**
(AG Sänger_innen-Gesundheit)

ÖGfMM

Österreichische Gesellschaft für
Musik und Medizin



Do, 13.00 Uhr Judith **Draxler-Hutter** Top performen, wenn's drauf ankommt **S.12**



Do, 13.30 Uhr Jan **Nast** inTakt - Vom Gesundheitssolisten zum Ensemblemitglied. Ein Projekt der Wiener Symphoniker **S.13**



Do, 13.45 Uhr Julia **Bauer-Huppmann** Sind Künstler_innen anders als andere Menschen? – Eine Spurensuche aus der Perspektive der Psychotherapie **S.14**



Do, 14.00 Uhr Johann **Leutgeb** Mein Körper - mein Instrument: Atmung **S.15**



Do, 14.00 Uhr Christoff **Zalpour** Die Physiotherapie für darstellende Künstler – eine eigene wissenschaftliche und klinische Disziplin **S.16**



Do, 14.15 Uhr Kai **Siedenburg** Musikwahrnehmung und Schwerhörigkeit: Psychoakustische Problematik und Situation von Orchestermusizierenden **S.18**



Do, 15.00 Uhr Astrid **Mathy** Musikerinnen und Sportlerinnen - Leistungsdruck an guten und weniger guten Tagen **S.19**



Do, 15.30 Uhr Isabel **Gabbe** „Linksgespie(ge)lt!“ **S.20**



Do, 15.45 Uhr Helene **Roitinger** Kreativität, Präsenz und Wohlbefinden: Erkunden & Experimentieren vs. richtig & falsch **S.21**



Do, 15.45 Uhr Alexandra **Türk-Espitalier** Die untere Extremität: Die Rolle der Beinachse für Instrumentalist_innen **S.22**



Do, 16.00 Uhr Heidi **Brandi** Transfer aus dem Leistungssport – Wieviel Prävention und Resilienz können Musiker:innen aus dem Leistungssport integrieren? **S.23**



Do, 16.15 Uhr Christoph **Reuter** Grooving & Moving, Blowing & Bowing - Typische Bewegungen beim Saxophonspiel und ihre klanglichen Auswirkungen **S.24**



Do, 16.30 Uhr Francesca **Agostinis** Emotional perception of a guitar concert: 3D Immersive virtual reality versus typical 2D video streaming of a guitar concert **S.25**



Do, 16.30 Uhr Matthias **Bertsch** Stress Monitoring with the EmbracePlus Smartwatch during Real-Life and Virtual Reality Exposure Training **S.26**



Do, 16.30 Uhr Laura **Bezold** ProMiMiC - Professional - Excellence in Meaningful Music in Healthcare **S.27**



Do, 16.30 Uhr Kathrin **Fabian** Musizieren in der Your Smile-Musikwerkstatt in der Kinderklinik: Quantitative Begleitforschung **S.28**



Do, 16.30 Uhr Veeda **Kala** Methods used by singers of Western classical style to enhance the intelligibility of sung text **S.29**



Do, 16.30 Uhr Hanna Felicitas **Klein** Temporal prediction and precision in pianists with Musician's Dystonia **S.30**



Do, 16.30 Uhr Leonhard **Königseder** Arbeitszufriedenheit in österreichischen und deutschen Berufsorchestern **S.31**



Do, 16.30 Uhr Hannah **Losch** Development of Piano Performance in Elderly Adults **S.32**



Do, 16.30 Uhr Stephan **Mantsch** „Ich bin als Musikerin erwachsen geworden“ - Über gelungene Krisenbewältigung von Musikstudierenden während der Corona-Pandemie **S.33**



Do, 16.30 Uhr Oliver **Margulies** The Zurich Centre for Musicians' Hands (ZZM) – Understanding Hands – Facilitating Instrumental Performance **S.34**



Do, 16.30 Uhr Franka **Mavriček** Interconnected dimensions: What influences music performance anxiety? **S.35**



Do, 16.30 Uhr Manfred **Nusseck** Veränderungen der Muskelaktivität im Arm- und Schulter-Nacken-Bereich beim Klarinettenspiel durch eine körperorientierte Kurzintervention **S.36**



Do, 16.30 Uhr Wiktoria **Pawelec** The overuse injuries of right upper extremity in professional violinists – the kinesiological aspect **S.37**



Do, 16.30 Uhr Michael **Peschka** Fine-Tuning the Future: Addressing Physiological and Psychological Needs in Young Orchestral Musicians **S.38**



Do, 16.30 Uhr Marik **Roos** Einfluss neurodiverser Kognition sowie musikalischer Erfahrung auf Salienzattribution in Musikwahrnehmung **S.39**



Do, 16.30 Uhr Angelika **Schiffer** Belastungen und deren Auswirkungen auf die Stimme sowie die Anwendung stimmpräventiver Maßnahmen bei Musicaldarsteller*innen **S.40**



Do, 16.30 Uhr Jiayi **Wang** Exploring the lived experience of flautists' performance-related health and wellbeing **S.41**



Do, 16.30 Uhr Barbara **Wehofer** Logopädie bei psychogenen Dysphonien und funktionellen Dysphonien mit möglichen psychischen Komponenten **S.42**



Do, 16.30 Uhr Florian **Worschech** What does it take to play the piano? Cognitive and motoric contributions to learning music-related sequences **S.43**



Do, 17.15 Uhr **Roundtable** Musiker_innengesundheit im Laufe des Berufslebens **S.44**



Do, 17.30 Uhr Kathryn **Woodard** Rapid Interventions for Retraining Movement **S.45**



Do, 18.30 Uhr **FEIER** Fünfzig Jahre Musikphysiologie an der mdw **S.46**



Fr, 9.00 Uhr Jaume **Rosset-Llobet** Usefulness of Differential Learning on musician's health and performance **S.47**



Fr, 9.15 Uhr Hedi **Milek** Den wilden "Affengeist" beruhigen: Mit kurzen, schnell wirksamen Übungen Präsenz beim Üben und auf der Bühne gewinnen **S.48**



Fr, 9.30 Uhr E. Sebastian **Debus** Auswirkung von Musik in der operativen Medizin auf die psychologischen und physiologischen Zustände von Patient_innen und medizinischem Personal. **S.49**



Fr, 9.45 Uhr Furugh **Karimi-Djafar-Zadeh** Sicherer Auftritt durch stressfreies Spielen: Bewegungsübungen beim Musizieren für Gehirn und Körper **S.50**



Fr, 9.45 Uhr Gerard **Breaden Madden** Personality traits and goal orientation predict selective emotion regulation in musical practice **S.51**



Fr, 9.45 Uhr Erika **Uggowitzer** Händigkeitparcour - Körpererfahrungen zum Thema Händigkeit **S.52**



Fr, 10.00 Uhr Jesper **Hohagen** „Ich achte mehr darauf, keine Fehler zu spielen“ – Routinen, Ziele und Aufmerksamkeitsfokussierungen von Musikstudierenden in verschiedenen Übe-Phasen **S.53**



Fr, 10.00 Uhr Anupa **Paul** Acceptance and Commitment Coaching for Music Performance Anxiety in Adolescent Singers **S.54**



Fr, 10.15 Uhr Thomas **Hirt** Ich bin mein Instrument! **S.55**



Fr, 10.15 Uhr Bettina **Zeidler** Auditiv-musikalische Wahrnehmungsprofile von Kindern mit Autismus-Spektrum-Störung und therapeutische Implikationen **S.56**



Fr, 10.15 Uhr Jenna **Brown** The Use of Imagery to Support Singing Voice Rehabilitation: A Theoretical Exploration of Clean Language Coaching **S.57**



Fr, 10.30 Uhr Phillip **Cartwright** Exploring Performing Artists' Identities and Implications for Possible Selves **S.58**



Fr, 11.15 Uhr Leonhard **Königseder** Was wir von Spitzensportler_innen lernen können **S.59**



Fr, 11.15 Uhr E. Sebastian **Debus** Die "Brahms Billroth Stiftung für Musik – Medizin" - Eine neue Fördermöglichkeit für musikmedizinische Forschung **S.60**



Fr, 11.25 Uhr Claudia **Spahn** Zur Entwicklung des Faches Musikphysiologie & Musikermedizin in Deutschland – Konzepte und Perspektiven **S.61**



Fr, 11.35 Uhr Michael **Peschka** Lärm im Orchester **S.62**



Fr, 11.45 Uhr Annatina **Mölschl** Eine ergotherapeutische Betrachtung der biopsychosozialen Gesundheit Musikstudierender: Gesundheitshandeln sowie die Gesundheit beeinflussende Umgebungsfaktoren aus der Sicht von IGP-Studierenden **S.63**



Fr, 11.45 Uhr Christine **Vogel** Geige rechts, Bogen links? – Händigkeitsaspekte bei Streichinstrumenten in Theorie und Praxis **S.64**



Fr, 11.55 Uhr Dirk **Möller** Standardisiertes Untersuchungsprotokoll bei neuromuskuloskelettalen Beschwerden von darstellenden Künstlerinnen und Künstlern – eine Einzelfallstudie **S.65**



Fr, 12.50 Uhr Dirk **Möller** Pain Neuroscience Education – Ein wichtiger Teil des modernen und evidenzbasierten Therapiemanagements bei Musikerinnen und Musikern **S.66**



Fr, 12.15 Uhr Veronika **Morscher** Yoga als Werkzeug zur Selbsthilfe für Musiker_innen **S.67**



Fr, 12.15 Uhr Beate **Hennenberg** Lehransätze zur Förderung des Musizierens auf einer Kinderstation: IGP-Musikwerkstatt am Comprehensive Center of Pediatrics (CCP) der UKKJ von MedUni Wien **S.68**



Fr, 12.25 Uhr Dainora **Daugvilaite** Online piano lessons with young beginner students: A mixed-methods approach **S.69**



Fr, 14.00 Uhr André **Lee** Aufgabenspezifischer Tremor bei Musizierenden und neues zur Ätiologie und Risikofaktoren der Musikerdystonie **S.70**



Fr, 14.30 Uhr Anna **Immerz** Kommunikation im Ensemblespiel – Untersuchung eines Streichquartetts beim Spielen zeitgenössischer Musik mittels Eye-Tracking **S.71**



Fr, 14.30 Uhr Erika **Uggowitzer** Musikinstrumente für Linkshänder_innen - braucht das jemand? **S.72**



Fr, 14.45 Uhr Patrick **Mocker** Hochleistung trotz Akutstress **S.73**



Fr, 14.45 Uhr Anna-Maria **Niemand** Atempädagogische Intervention rund um die Performance – Wie die Atmung vor, während und nach dem Musizieren gezielt eingesetzt werden kann **S.74**



Fr, 14.45 Uhr Camilla **Kapitza** Physiotherapeutische Diagnostik und Management von Musiker_innen mit Einklemmungsneuropathien. **S.75**



Fr, 14.45 Uhr Sophia **Klinke** Zur unterschätzten Rolle der Händigkeit beim Musizieren **S.76**



Fr, 14.45 Uhr Michaela **Moratelli** Bewusster, selbstfürsorglicher Umgang mit Sprache **S.77**



Fr, 15.00 Uhr Elsa **Campbell** Vibroakustische Therapie – fühlbare Musik mit Applikationen für physiologische und psychologische Gesundheit **S.78**



Fr, 15.00 Uhr Christine **Vogel** Neubeginn mit links: Positive Auswirkungen händigkeitsbedingter Umlernprozesse bei professionell Musizierenden im klassischen Bereich **S.79**



Fr, 15.15 Uhr David **Snowdon** Kinematische Bewegungsanalyse für die klinische Beurteilung spielbedingter muskuloskelettaler Beschwerden bei Schlagzeugerinnen und Schlagzeugern **S.80**



Fr, 15.15 Uhr Heidi **Schneider** Händigkeit und Klavierspiel **S.81**



Fr, 15.45 Uhr Judith **Rudman** Fluids and the Flow of Music **S.82**



Fr, 16.00 Uhr Patrizia **Melchert** Diagnostik, Therapie und Prävention muskuloskelettaler Überlastungserscheinungen in der Musik **S.83**



Fr, 16.30 Uhr Matthias **Echternach** Beethoven zwischen Lyrisch und Dramatischem Gesang, oder – Warum Wagner so schwer zu singen ist. **S.84**



Fr, 17.00 Uhr Leonhard **Königseder** Wie du lernst, dich zu fokussieren **S.85**



Fr, 17.00 Uhr Ludwig **Kollenz** Dichotic Band Splitting Revisited **S.86**



Fr, 17.00 Uhr Arabella **Hirner** Body-Felden-Mind-krais-Musik **S.87**



Fr, 17.15 Uhr Simone **Graf** Laryngeale und pharyngeale Bewegungen beim Inneren Singen **S.88**



Fr, 18.00 Uhr Simone **Spangler** Klangfarben der Macht – Ein orchestrales Spiel der Motive **S.89**



Fr, 18.15 Uhr Katharina Anna **Klavacs** Stimme - Gesunderhaltung und Prävention von Störungen der Sprech- und Singstimme aus logopädischer Sicht **S.90**



Fr, 18.15 Uhr Thomas **Biegl** Die Macht ist in Dir - Bausteine glücklichen Musizierens **S.91**



Fr, 18.15 Uhr Dirk **Möller** Der klinische Einsatz der Elektromyographie in der neuromuskulären Diagnostik und dem Biofeedback-Training bei Musikerinnen und Musikern **S.92**



Fr, 18.15 Uhr Birgit **Stieldorf** Music in Motion - Effektive Körperarbeit mit Sänger_innen und Instrumentalist_innen **S.93**



Fr, 18.30 Uhr Michaela **Moratelli** Sprache macht mächtig oder ohnmächtig **S.94**



Fr, 18.45 Uhr Angelika **Suppan** Misstöne in Musikschulen: Unangebrachtes Verhalten oder Mobbing? Welche Strukturen können hier begünstigend wirken? **S.95**



Fr, 19.00 Uhr Margareth **Tumler** Nähe und Distanz im Musizierunterricht **S.96**



Fr, 19.15 Uhr Angela **Büche** Narzissmus - der Zauber von Macht und Ohnmacht **S.97**



Sa, 9.00 Uhr Stefan **Kölsch** Auswirkung von Musik auf die Gesundheit: Evidenzbasierte Einblicke und praktische Anwendungen **S.98**



Sa, 10.00 Uhr Jenny **Sixt** Alexander Technik als Retraining bei Musikerdystonie **S.99**



Sa, 10.00 Uhr Mona **Köppen** Sehen, was nicht gesagt wird - Mimikresonanz in Musikunterricht und Orchesterarbeit! **S.100**



Sa, 10.00 Uhr Sabine **Skopal** Fake it 'till you become it - Powerposing, NLP und Qi Gong fürs State-Management **S.101**



Sa, 10.00 Uhr **Roundtable** Zukunftsvisionen der Musikphysiologie **S.102**



Sa, 11.00 Uhr Dietlind **Jacobi** Konzept Schlafhorst-Andersen: ein ganzheitlicher Ansatz in der Ausbildung und Gesunderhaltung von Musizierenden **S.103**



Sa, 11.00 Uhr Gail **Schwarz** Probespielen der Feldenkrais-Methode für Musiker_innen **S.104**



Sa, 11.00 Uhr Elisabeth L. **Weninger** „Anatomy Trains“ in der asymmetrischen Instrumentalhaltung **S.105**



Sa, 11.00 Uhr Milan **Franek** Wichtige Momente im Prozess der Etablierung der Grundlagen einer gesunden Klaviertechnik **S.106**



Sa, 11.30 Uhr Damir **Del Monte** Wie kommt die Welt in den Kopf? – Wahrnehmung und Imagination aus neurowissenschaftlicher Sicht **S.107**



Sa, 12.00 Uhr Joanna **Kaniewska-Eröd** Mit "VESPA" erfolgreich ans Ziel - mehr Klarheit - mehr Kraft - mehr Zeit **S.108**



Sa, 12.00 Uhr Veronika **Lubert** Clevere Zielsetzung für gesundes und erfülltes Musizieren **S.109**



Sa, 12.00 Uhr Veronika **Morscher** Psychologische Kompetenzen und Ressourcenarbeit für Musik-Studierende und professionelle Musiker_innen **S.110**



Sa, 12.00 Uhr Heidi **Schneider** Klavier mit links – Einführung der gespiegelten Tastatur im Klavierunterricht für Linkshänder **S.111**



Sa, 12.15 Uhr Petra **Lang** Biopsychosoziales Modell und Sänger_innen-Gesundheit **S.112**



Sa, 12.30 Uhr Jakob **Leiner** Atmungsvorgänge beim Hornspiel – Einfluss von Spielpositionen auf Ventilationsmuster und abdominelle Muskelaktivität **S.113**



Sa, 12.45 Uhr Sarah **Lesjak** Die Körperwahrnehmung im orofazialen Bereich von Blasinstrumentalist_innen im Vergleich zu Nicht-Musiker_innen **S.114**



Sa, 14.00 Uhr Markus **Gugatschka** Evidence based vs. Eminence based im Bereich der Sänger_innen Gesundheit – oder brauchen wir beides? **S.115**



Sa, 14.45 Uhr Oliver **Margulies** Ergonomische Lösungsvorschläge aus dem Zürcher Zentrum Musikerhand (ZZM) **S.116**



Sa, 14.45 Uhr Angela **Büche** Narzissmus: Selbstfürsorge und Kommunikation in einem narzisstischen Umfeld **S.117**



Sa, 14.45 Uhr Bernhard **Riebl** Die Klaviertechnik von Eduard Erdmann und Hilde Langer-Rühl aus musikphysiologischer Sicht **S.118**



Sa, 14.45 Uhr Anna **Niemand** Acting on the opera stage – vocal challenges, didactic implications and perspectives of music history **S.119**



Sa, 14.45 Uhr Ulrike **Scheuchl** Workshop: Die Bedeutung der Händigkeit beim Spielen von Holzblasinstrumenten – am Beispiel von Klarinette und Blockflöte **S.120**



Sa, 15.00 Uhr Henry **Browne** Die Wiedergeburt von Transgender Stimmen **S.121**



Sa, 15.15 Uhr Fiona **Stritt** Betrachtung der Stimmökonomie bei verschiedenen Stimmqualitäten von Estill Voice Training® mittels 3D-MRT **S.122**



Sa, 16.00 Uhr Michael **Musalek** Sucht, Was Tun? – Erscheinungsbild, Diagnostik, Entstehung, Folgen und Behandlung von Suchterkrankungen **S.123**



Sa, 16.45 Uhr Bernhard **Richter** Didaktische Möglichkeiten der dynamischen Echtzeit-Magnetresonanztomographie in der Vermittlung stimmphysiologischer Grundlagen **S.124**



Sa, 17.00 Uhr Camilla **Kapitza** Physiotherapeutische Diagnostik und Management von Musiker_innen mit nackenbedingten Armschmerzen **S.125**



Sa, 17.00 Uhr Marija **Podnar** Healthy Body + Healthy Mind = Healthy Music **S.126**



Sa, 17.00 Uhr Hanna **Keßeler** Tuning in: Gesund üben, stark performen! Trainingsvideos **S.127**



Sa, 17.00 Uhr Roland **Paulus** Zur Bedeutung der Sängerformanten für Hochleistungs-Stimmerufe **S.128**



Sa, 17.00 Uhr Sarah **Lesjak** Die Haltungs- und Bewegungsanalyse am Musikinstrument aus Sicht der Physiotherapie **S.129**



Sa, 17.15 Uhr Katharina Anna **Klavacs** SiACo - Sing Against Cortisone Side Effects **S.130**



Sa, 17.30 Uhr Birte **Dalbauer-Stokkebak** Mindfulness Based Musician Performance MBMP im grünen Bereich **S.131**



**Judith
Draxler-Hutter**
Maria Enzersdorf (A)
judith.draxler@oelsz.at



**Keynote
Do, 13:00 Uhr**

Top performen, wenn's drauf ankommt Judith Draxler-Hutter

Sportler_innen wie auch Musiker_innen entwickeln zum Teil selbst Erwartungshaltungen, Glaubenssätze und Überzeugungen, die sie massiv unter Druck setzen beziehungsweise ihre Leistungsfähigkeit beeinträchtigen. Meist sind diese Berufsgruppen aber auch der Bewertung durch das Umfeld ausgesetzt. Das macht es schwierig, am Tag X tatsächlich die bestmögliche Leistung abzurufen und dabei auch noch Spaß zu haben.

Dieser Vortrag skizziert Methoden aus dem Spitzensport, die helfen, ein Mindset zu entwickeln, das die Leistungsbereitschaft sicherstellt, aber auch durch einen balancierten Umgang mit den eigenen Stressfaktoren ein freudvolles Performen ermöglicht.

Sportliche Erfolge sind kein Zufall, sondern die Summe verschiedener Faktoren:

Eine realistische und trotzdem ehrgeizige Zielsetzung ist ebenso notwendig wie die Fähigkeit, Rückschläge am Weg zum angepeilten Wunschresultat wegzustecken und "dranzubleiben".

Die Herausforderung der Konkurrenz als Motivation zu verstehen und sich selbst als routinierte Persönlichkeit nicht für permanentes Dazulernen zu schade zu sein sind weitere Entwicklungsbooster. Mit dieser Einstellung wird gewährleistet, dass es zur Gewohnheit wird, den ständigen Druck nicht als Hemmschuh sondern als Triebfeder zu nutzen.

Erfolgreiche Spitzensportler_innen haben gelernt, sich selbst auf Topleistung zu programmieren, Herausforderungen anzunehmen und Chancen zu nutzen.

Diese Tools aus dem Spitzensport können auch im Bereich der musikalischen Performance eingesetzt werden, um mit ausreichend Selbstbewusstsein Druck und Stress zu minimieren und damit den Weg für freudvolles Topleisten zu ebnen.

Mag.a Judith Draxler-Hutter ist Sport- und Gesundheitspsychologin und selbst ehemalige Olympiateilnehmerin im Schwimmen.

Nach langjähriger Tätigkeit in eigener Praxis als Beraterin von Spitzenathlet_innen und Trainer_innen sowie Performer_innen in Wirtschaft und anderen Bereichen arbeitet sie aktuell im Österreichischen Leistungssportzentrum Südstadt als Sportpsychologin und ist Teil des ÖLSZ Managementteams. Zudem hält sie Vorträge und unterrichtet an der FH Wiener Neustadt und bei anderen Ausbildungen für Trainer_innen.



**Jan
Nast**

Wien (A)

j.nast@wienersymphoniker.at

www.wienersymphoniker.at



inTakt - Vom Gesundheitssolisten zum Ensemblemitglied. Ein Projekt der Wiener Symphoniker

Jan Nast

Musik ist Hochleistungssport. Anders als in vielen anderen Berufsgruppen unterliegt der Beruf von Musikerinnen und Musikern erhöhten physischen, psychischen und psychosozialen Belastungen und birgt eine größere Gesundheitsgefährdung.

Unter dem Titel inTakt haben die Wiener Symphoniker ein Projekt der Betrieblichen Gesundheitsförderung (BGF) gestartet, das nachhaltige und präventive Gesundheitsstrukturen im Orchester und der Verwaltung implementieren soll. Gefördert wird es mit Mitteln des Fonds Gesundes Österreich, der Wiener Gesundheitsförderung und in Kooperation mit der Österreichischen Gesundheitskasse. Das Programm inTakt dient als Grundlage für den Aufbau eines innovativen betrieblichen Gesundheitsmanagements im Sinne einer umfassenden Unternehmensstrategie.

In der internationalen Orchesterlandschaft kommt den Wiener Symphonikern diesbezüglich eine Vorreiterrolle zu, denn nur wer umfassend gesund ist, kann Höchstleistungen erbringen. Als Kulturunternehmen ist es daher wichtig, auch die Unternehmenskultur zu pflegen. Im Vordergrund stehen die Bedürfnisse der Mitarbeiter_innen und das Bestreben, sie zu unterstützen, langfristig gesund und motiviert ihren fordernden Beruf ausüben zu können. Als Grundlage der inTakt-Initiative diente eine gesundheitliche Ist-Analyse der Mitarbeiter_innen. Dabei deckten sich die erhobenen Belastungsfaktoren überwiegend mit den wissenschaftlichen Erkenntnissen über die besonderen Arbeitsbedingungen von Orchestermusikerinnen und -musikern. Die Studie wurde von zahlreichen Einzelinterviews begleitet, um im Vorfeld die grundsätzliche Einstellung der Mitarbeiter:innen zu einer BGF zu erfahren und die individuellen beruflichen Belastungen sowie schon vorhandene Lösungsansätze zu erheben.

Inzwischen konnten schon zahlreiche Maßnahmen in den Bereichen präventive Körperarbeit, präventive mentale Gesundheit und Ernährung gesetzt werden. Ein regelmäßiger Newsletter informiert darüber hinaus über alle Aspekte der Mitarbeiter_innenförderung.

Orchester sind aber auch Mikrokosmen der Gesellschaft. Die Ergebnisse einer durchgeführten internen Evaluation zum Thema Corona tragen dazu bei, dass die Wiener Symphoniker in zukünftigen Krisen besser aufgestellt sind und unterschiedliche Perspektiven miteinander debattiert werden können mit dem Ziel, den sozialen Zusammenhalt im Betrieb weiter zu fördern.

Jan Nast wurde 1965 in Berlin geboren. Nach einem Musikstudium an der Berliner Musikhochschule Hanns Eisler und diversen Engagements in verschiedenen Orchestern widmete sich der ausgebildete Hornist bis 1995 einem Kulturmanagement-Studium an der Pädagogischen Hochschule Ludwigsburg.

Von 1990 bis 1997 war Jan Nast Orchestergeschäftsführer des Philharmonischen Orchesters und Theaters Freiburg. 1997 wechselte er als Orchesterdirektor zur Sächsischen Staatskapelle Dresden und arbeitete dort mit Bernard Haitink und Fabio Luisi und später mit Christian Thielemann als Chefdirigenten zusammen. Nach 22 Jahren als Orchesterdirektor der Sächsischen Staatskapelle Dresden wechselte Jan Nast 2019 als Intendant zu den Wiener Symphonikern.



**Julia
Bauer-Huppmann**

Wien (A)

bauer-j@mdw.ac.at

www.juliabauer-psy.at



Sind Künstler_innen anders als andere Menschen? – Eine Spurensuche aus der Perspektive der Psychotherapie

Julia Bauer-Huppmann

Viele von uns kennen Sängerinnen und Sänger, die auf dem Tisch tanzen, laut sind und sich gesellschaftlich unkonventionell verhalten. Sind sie deshalb psychisch krank? Natürlich nicht! Dennoch lohnt es sich, ihr Verhalten zu betrachten.

Befasst man sich mit den Kriterien einer histrionischen Persönlichkeitsstörung (F60.4) im ICD-10, kann man nicht nur bei Sänger_innen, sondern bei vielen Künstler_innen tatsächlich viele Eigenschaften finden, die auf diese zutreffen würden. Bei allen sechs im ICD-10 aufgeführten Kriterien finden sich Parallelen zur Welt der Musik und der Kunst. Obwohl das Verhalten von Künstlerinnen und Künstlern in manchen Fällen durchaus entfernt an die histrionische Persönlichkeitsstörung erinnern könnte, bedeutet dies jedoch nicht, dass ihr Verhalten pathologisch wäre. Es besitzt keinen Krankheitswert, sondern spiegelt lediglich ihr von ihrer Profession beeinflusstes Alltagsverhalten. Für Künstlerinnen und Künstler, egal ob aus der Welt der Musik, der darstellenden oder der angewandten Kunst, sind Emotionen ein „Werkzeug“. Sie wissen, dass das Publikum umso berührt ist, je authentischer die Gefühle auf der Bühne sind. Musikalische „Sternstunden“ entstehen durch hervorragende künstlerische Interpretationen und die Vermittlung der Bilderwelt von Kompositionen und Texten. Je näher Künstler_innen an der emotionalen Intention der Komposition oder des Textes sind, desto größer ist ihr künstlerischer Erfolg.

Künstler_innen zeigen nicht mehr oder weniger als andere Menschen die Neigung, an psychischen Störungen zu erkranken. Dennoch arbeiten sie intensiv mit Emotionen, vermutlich mehr als dies in „normalen“ Berufen der Fall wäre. Aufgrund der Dichte der entstehenden Emotionen ist es wichtig, dass sie sorgsam mit diesen umgehen, um, trotz hoher emotionaler Beteiligung, persönlich emotional stabil zu bleiben

Gesangsstudium an der Staatlichen Hochschule für Musik München bei Prof. Ernst Haefliger. Künstlerisches Diplom an der Staatlichen Hochschule für Musik in München. Mehrfache Preisträgerin bei Gesangswettbewerben, u.a. Francisco-Vinas-Wettbewerb Barcelona. Stipendiatin des DAAD und der Studienstiftung des Deutschen Volkes.

Magistra artium in den Fächern Musikwissenschaft, Anglistik und Philosophie an der Ludwig-Maximilians-Universität München. Teilmedizinstudium zur Stimmforschung am Fachbereich Medizin der Johannes-Gutenberg-Universität Mainz, Promotion zur Doktorin der physiologischen Wissenschaften (Funktionsweise des Gaumensegels). Ausbildung zur Psychotherapeutin.

Seit 2003 Universitäts-Professorin für Gesang an der Universität für Musik und Darstellende Kunst Wien.



**Johann
Leutgeb**

Wien (A)

leutgeb@mdw.ac.at

mdw.ac.at/mrm/iasbs/lehrende/leutgeb



**Workshop
Do, 14:00 Uhr**

Mein Körper - mein Instrument: Atmung **Johann Leutgeb**

Was können uns Anatomie und Mechanik über die Funktionsweise unserer Atmung erzählen?

Alles Wollen und Müssen in unserem Leben wird durch die Fähigkeit ermöglicht, dass wir unsere Existenz mit Energie versorgen können. Von all diesen Energien kommt der Luft eine besondere Bedeutung zu. Die Versorgung mit ihr – die Atmung – ist wichtiger als jede andere Tätigkeit in unserem Leben, die länger als einmal Luftanhalten dauert. Die Leichtigkeit oder Schwere unserer Atembewegung ist dann auch die Grundlage für die Leichtigkeit oder Schwere unserer darauf aufbauenden Bewegungen, unseres Tuns.

Welchen Einfluss können und sollen wir auf unsere Atmung nehmen?

Wie beeinflussen unsere Gedanken unsere Atmung?

Kann es sein, dass „ver-rückte“ Vorstellungen und Ideen unsere Atmung erschweren?

Was an unserer Atmung ist normal, was natürlich?

Wie könnte natürliche Atmung funktionieren?

Was ist und bleibt subjektiv und individuell, was hat allgemeine Gültigkeit?

An Hand bestimmter anatomischer Gegebenheiten und mechanischer Gesetzmäßigkeiten werden wir der Natur und Natürlichkeit der Atembewegung nachgehen, auf der Suche nach der Leichtigkeit und Unbeschwertheit in der Atmung als Grundlage für die Leichtigkeit und Unbeschwertheit in unserem Tun.

Johann Leutgeb, Bariton, ist Senior Lecturer für Atem- und Körperarbeit an der Universität für Musik und Darstellende Kunst Wien.

Als Solist war er u.a. beim Carinthischen Sommer, den Wiener Festwochen, Ruhr Triennale, Steirischer Herbst, Schwetzingen Festspiele, Wien modern, Mozart Fest Würzburg, im Schauspielhaus Wien etc. zu hören.

Johann Leutgeb hält Kurse für Atem- und Körperarbeit an verschiedenen Musikhochschulen, Musikschulen, Ausbildungslehrgängen und Musikwochen in Österreich, Deutschland, der Schweiz und in Taiwan.



**Christoff
Zalpour**

Osnabrück (D)

cz@zalpour.de

www.hs-osnabrueck.de/prof-dr-christoff-zalpour



**Vortrag
Do, 14:00 Uhr**

Die Physiotherapie für darstellende Künstler – eine eigene wissenschaftliche und klinische Disziplin Christoff Zalpour

Musiker_innen (Instrumentalist_innen wie Sänger_innen), ebenso wie Tänzer_innen, die mit den Vorgenannten ebenfalls die Leidenschaft zum künstlerischen Ausdruck vereint, werden im englischen Sprachraum auch performing artists genannt. Die tätigkeitsbezogenen gesundheitlichen Probleme dieser Gruppe sind vielfach untersucht [1,2,3] und werden von neuromuskuloskelettalen Problemen dominiert [4,5,6,7], die u.a. auf die hohen Anforderungen hochpräziser sich schnell wiederholenden Bewegungen zurückzuführen sind. [8,9]

Im Vergleich zum Sport - auch hier existiert neben der etablierten Sportmedizin eine auch international durch Evidenzbasierung etablierte Sportphysiotherapie - steht die Musiker_innenphysiotherapie hier noch eher am Anfang. Gleichwohl beschäftigen sich aber physiotherapeutische Expert_innen wie z.B. Prof. Dr. Bronwen Ackermann (Sydney University) seit mehreren Jahrzehnten sowohl klinisch wie wissenschaftlich damit. Auch unsere interdisziplinäre Arbeitsgruppe in Osnabrück ist hier seit über 15 Jahren aktiv [10,11,12,13,14,15,16,17,18,19,20,21].

Unbestritten ist die weltweite physiotherapeutische Evidenz, die sich von der ärztlichen unterscheidet und einen eigenständigen Wissens- und Fähigkeitenschatz (body of knowledge) beherbergt, der auch und insbesondere auf dem Gebiet der Untersuchung, Behandlung und Prävention neuromuskuloskelettaler Probleme von darstellenden Künstler_innen gewinnbringend eingesetzt werden kann. Parallel dazu sind die Autonomiebestrebungen der Physiotherapie zu sehen, wie sie beispielsweise seit über 30 Jahren in Australien, aber auch in den USA, Großbritannien, Norwegen, Holland u.v.a. Ländern erfolgreich praktiziert werden, indem nämlich eine arztunabhängige Diagnose und Therapie ermöglicht wird. Metaanalysen zeigen hier eine bessere Versorgungsqualität bei geringeren Kosten. [22,23,24]

Performing Arts Physiotherapy

Die Deutsche Forschungsgemeinschaft (DFG) fördert dazu das Projekt PA.H|Lifetime.ai [25], in dem u.a. ein MSc-Studiengang „Performing Arts Physiotherapy“ entwickelt und von der erstmaligen Etablierung einer entsprechenden Professur mit o.g. Denomination an der Hochschule Osnabrück begleitet wird.
[Referenzen siehe Folgeseite]

Prof. Dr. med. Christoff Zalpour ist Rehamediziner und als Professor für Physiotherapie an der Hochschule Osnabrück tätig. Seine Schwerpunkte liegen in den Bereichen Performing Arts Health/Physiotherapy, Differentialdiagnostik und Berufsaufonomie. Seine akademische Laufbahn umfasst ein Studium der Medizin und Diplom-Pädagogik (nicht abgeschlossen) an der Justus-Liebig-Universität Gießen, der Westfälischen Wilhelms-Universität Münster sowie der Stanford-University in den USA.

Prof. Zalpour hat in verschiedenen medizinischen und pädagogischen Bereichen gearbeitet, darunter Arbeits- und Umweltmedizin, Rehabilitations- und Sozialmedizin, Innere Medizin sowie als ärztlicher Leiter der Lehranstalt für Physiotherapie DAA Münster und in der kardiovaskulären Grundlagenforschung (Stanford). Seit 2003 ist er Professor für Physiotherapie an der Fakultät Wirtschafts- und Sozialwissenschaften der Hochschule Osnabrück und seit 2007 Direktor des Institutes für angewandte Physiotherapie in Osnabrück. Seit 2019 leitet er die von ihm gegründeten Physiolabs. Er konnte für Forschungszwecke mehr als 9 Millionen Euro an Drittmitteln einwerben, unter anderem von der DFG, EFRE, BMBF und MWK, sowie fast 1 Million Euro für innovative und internationale Lehre von Institutionen wie dem DAAD, der Robert-Bosch-Stiftung und dem MWK.

Außerhalb seiner Lehrtätigkeit war Prof. Zalpour von 2015 bis 2017 Vorstandsmitglied der Performing Arts Medicine Association, PAMA und von 2017 bis 2019 der Deutschen Gesellschaft für Musikphysiologie und Musikermedizin, DGfMM. Zudem ist er seit 2002 Mitglied der New York Academy of Sciences, NYAS.

Referenzen zur Physiotherapie für darstellende Künstler_innen

- [1] Kok LM, Huisstede BMA, Voorn VMA et al. (2016) The occurrence of musculoskeletal complaints among professional musicians: a systematic review; *Int Arch Occup Environ Health* 89:373-396
- [2] Gembris H & Heye A (2012) *Älter werden im Orchester - Schriften des Instituts für Begabtenforschung in der Musik (IBFM) Band 5*, Paderborn
- [3] Fishbein M, et al. Medical problems among ICSOM musicians: Overview of a National Survey. *Med Probl Perform Art* 1988; 3(1): 1–8.
- [4] Böckelmann I, Schneyer B. Arbeitsbedingte Belastungen und Erkrankungen von Musikern. *Arbeitsmed Sozialmed Umweltmed* 2009; 44(4): 237–242.
- [5] Zaza C, Farewell VT. Musicians` playing-related musculoskeletal disorders. An examination of risk factors. *Am J Industr Med* 1997; 32(3): 292–300.
- [6] Lahme A. Überlastungsbeschwerden bei Berufsmusikern. *Das Orchester* 2014; 2(04): 27–31.
- [7] Lahme A, Klein-Vogelbach S, Spirgi-Gantert I. *Berufsbedingte Erkrankungen bei Musikern*. Berlin–Heidelberg: Springer Verlag, 2000.
- [8] Ackermann BJ. Chapter 13 - Therapeutic management on the injured musician. In: Satalof RT, Brandfonbrener AG, Lederman RJ (eds). *Performing Arts Medicine*, 3rd ed. Narberth, PA, USA: Science & Medicine, 2010, pp. 247-270.
- [9] Fry HJH. Incidence of overuse syndrom in the symphony orchestra. *Med Probl Perform Art* 1986; 1(1): 51–55.
- [10] <https://www.inapo-osnabrueck.de/leistungen/musikersprechstunde/>
- [11] Damian-Lichtenberg M, Lares-Jaffé C & Zalpour C (2024) „Kapitel 18 – Besondere Gruppen von Patienten: Musiker“ in Zalpour C & von Piekartz H (Hrsg.) *Differenzialdiagnostik in der Physiotherapie – Screening – Pathologie – Red flags*; ELSEVIER, erscheint 3/2024
- [12] Ballenberger N, Avermann F, Zalpour C (2023) Musculoskeletal health complaints and associated risk factors in freshmen music students; *International Journal of Environmental Research and Public Health* 20(3169) doi.org/10.3390/ijerph20043169
- [13] Affolter Helbling J, Zalpour C. Kapitel 2 – Ein Schritt nach vorne, zwei zurück. In: von Piekartz H, Zalpour C (Hg). *Red Flags erkennen – Differenzialdiagnostik in der muskuloskelettalen Physiotherapie*. Stuttgart: Thieme, 2023, S.42–47.
- [14] Zalpour C (2023) Die Komplexität der menschlichen Stimme; *msk – Muskuloskelettale Physiotherapie*; 27(1):8-16 doi /10.1055/a-1939-4393
- [15] Wolf E, Möller D, Ballenberger N, Morisse K, Zalpour C (2022) Marker-Based method for analyzing the threedimensional upper body kinematics of violinists: reproducibility; *Medical Problems of Performing Artists* 374(3):176-191
- [16] Avermann F, Möller D, Zalpour C (2022) Physiotherapeutic consulting hour for Performing artists. *Sports & Exercise physio* 2022; 1:15-19
- [17] Zalpour C (2022) Muskuloskelettale Therapie bei Musikerinnen und Musikern; *msk – muskuloskelettale Physiotherapie* 26(1):15-20
- [18] Zalpour C, Ballenberger N, Avermann F (2021) A physiotherapeutic approach to musicians' health - data from 614 patients from a physiotherapy clinic for musicians (INAP/O). *Frontiers Psychology*, 10 June 2021; DOI: 10.3389/fpsyg.2021.568684
- [19] Cryns N, Schemmann H, Zalpour C, von Piekartz H (2021) Are there differences in abdominal muscle function in female singers with and without voice disorders? – An observational study; *Journal of Voice*; May 18 2021; DOI: 10.1016/j.jvoice.2021.03.015
- [20] Möller D, Ballenberger N, Ackermann B, Zalpour C. Potential relevance of altered muscle activity and fatigue in the development of performance-related musculoskeletal injuries in high string musicians, *Medical Problems of Performing Artists* 2018; 33(3): 147–155
- [21] Möller D, Ballenberger N, Zalpour C. The German version of the Musculoskeletal Pain Intensity and Interference Questionnaire for Musicians (MPIIQM-G): Translation and validation in professional orchestral musicians. *Musculoskelet Sci Pract* 2018; 37: 1–7.
- [22] Ojha, HA, Snyder RS, Davenport TE (2014) Access compared with referred physical therapy episodes – a systematic review; *Physical Therapy*, Jan;94(1):14-30
- [23] Galotti M, Campagnola B, Cocchieri A et al (2023) Effectiveness and Consequences of Direct Access in Physiotherapy: A Systematic Review; *J Clin Med* 12(18): 5832.
- [24] Hon S, Ritter R, Allen DD (2012) Cost-Effectiveness and Outcomes of Direct Access to Physical Therapy for Musculoskeletal Disorders Compared to Physician-First Access in the in the United States: Systematic Review and Meta-Analysis, *Phy Ther* 101(1):pzaa201
- [25] <https://www.hs-osnabrueck.de/pahlifetimeai/>



**Kai
Siedenburg**

Graz (A)

kai.siedenburg@tugraz.at

kaisiedenburg.net



**Vortrag
Do, 14:15 Uhr**

Musikwahrnehmung und Schwerhörigkeit: Psychoakustische Problematik und Situation von Orchestermusizierenden

Kai Siedenburg

Es ist wohlbekannt und intensiv erforscht, wie Schwerhörigkeit die Wahrnehmung von Sprache beeinträchtigt. Für Musik bleibt diese Frage jedoch weitestgehend ungeklärt — auf welche Weise wird das Musikhören durch Hörverlust beeinträchtigt? Und bedeutet die hohe Schallpegelbelastung von Orchestermusizierenden, dass diese etwa besonders stark von Hörverlust betroffen sind? Trotz hoher Relevanz für Musizierende und Musikinteressierte sind diese Fragen erst kürzlich auf die Agenda der psychoakustischen Forschung gerückt.

In diesem Workshop betrachte ich das Thema Musikwahrnehmung von Menschen mit Schwerhörigkeit aus der Perspektive der auditiven Szenenanalyse (ASA). ASA bezeichnet die Organisation von Klangmischungen in Klangereignisse und Streams. Meine zentrale Hypothese ist, dass ASA eine zentrale Rolle dafür spielt, warum die Wahrnehmung musikalischer Strukturen für Hörgeschädigte problematisch werden kann.

In meinem Vortrag werde ich aktuelle Arbeiten meiner Arbeitsgruppe skizzieren und eine Reihe von Experimenten zur musikalischen Hörfähigkeit von normalhörenden und schwerhörenden Menschen beschreiben. Diese basieren auf einem adaptiven, ökologisch validen und frei verfügbaren Test der musikalischen ASA-Fähigkeit, anhand dessen die Hörfähigkeiten von jüngeren und älteren Normalhörenden sowie von älteren Schwerhörenden charakterisiert werden. Die Analyse beinhaltet eine gesonderte Betrachtung der Variablen Arbeitsgedächtnis, musikalische Erfahrung, Alter und Hörverlust. Es zeigt sich, dass Letzterer einen besonders starken Einfluss auf die Ergebnisse hat. Zudem stelle ich erste Ergebnisse einer Umfrage zu Aspekten der Hörgesundheit von Profi- und Amateur-Musizierenden im deutschsprachigen Raum vor. Die Umfrage liefert ein umfassendes und aktuelles Bild der Themen Schallpegel-Belastung und Hörprobleme sowie der Nutzung von Gehörschutz und Hörgeräten.

Kai Siedenburg. Studium der Mathematik und Musikwissenschaft in Berlin, Berkeley und Wien. 2016 Promotion in Music Technology mit Schwerpunkt Musikwahrnehmung an der McGill University, Montreal bei Stephen McAdams. Anschließend Marie Skłodowska-Curie Fellow an der Universität Oldenburg. Seit 2020 Principal Investigator des Music Perception & Processing Labs an der Universität Oldenburg und Freigeist Fellow der Volkswagen Stiftung. 2019 Mitherausgeber des Springer Handbuchs "Timbre: Acoustics, Perception, and Cognition" und 2020 Lothar Cremer Preis der Deutschen Gesellschaft für Akustik.

Seit 2022 Teil des DFG Sonderforschungsbereichs Hörakustik an der Universität Oldenburg und Mitglied der Jungen Akademie. Seit 2023 Associate Editor des Journal of the Acoustical Society of America. 2023 Ruf auf Professur für Kommunikationsakustik an der Technischen Universität Graz. Forschungsinteressen in der Psychoakustik und Musikwahrnehmung.



**Astrid
Mathy**

Wien (A)

a.mathy@leistungssport.at

www.leistungssport.at



**Keynote
Do, 15:00 Uhr**

Musikerinnen und Sportlerinnen - Leistungsdruck an guten und weniger guten Tagen **Astrid Mathy**

Der Sport und die Musik haben viele Parallelen: An Tag X muss die Leistung stimmen, denn auf diesen arbeitet man oft Jahre lang hin. Um das persönliche Ziel zu erreichen, investiert man oft viele Stunden Übungs-/Trainingszeit und auch Freundeskreis und Familie müssen viel Verständnis zeigen. Dies ist eine mentale, aber auch körperliche Belastung, mit der es umzugehen gilt.

Lange Zeit haben sich Empfehlungen aus der Wissenschaft an Daten orientiert, die an männlichen Körpern erprobt wurden. Doch der weibliche Körper erfährt im Laufe des Menstruationszyklus unterschiedliche Stadien, in denen sich der Hormonhaushalt verändert. Dies bringt an manchen Tagen bessere und an anderen weniger gute Voraussetzungen, um die beste Performance zu liefern. Die aktuelle wissenschaftliche Datenlage zeigt, dass einheitliche Trainingsempfehlungen für die Frau nur sehr schwer möglich sind (McNulty, 2020). Doch sie beschreibt auch, dass es sich empfiehlt, den eigenen Körper und den individuellen Zyklus genau zu studieren und zu verstehen, um Bestleistungen zu ermöglichen.

Durch genaues Planen und Verstehen des eigenen Körpers können die nötigen Vorbereitungen getroffen werden, um beste Voraussetzungen für Spitzenleistungen zu ermöglichen.

Mag. Dr. Astrid Mathy MSc ist Sportwissenschaftlerin bei Leistungssport Austria, wo sie Elite- und Nachwuchsathletinnen beim Erreichen ihrer sportlichen Ziele unterstützt. Sie forscht und klärt auf über das Wirken des Menstruationszyklus und der Hormone im Sport. Sie unterrichtet seit 2017 an der Universität Wien, wo sie auch den Master in Medizinischer Trainingstherapie und 2021 das Doktorat am Institut für Sportwissenschaft abgeschlossen hat. Anschließend arbeitete sie in einer Post-Doc Anstellung im Fachbereich Sportmedizin, Leistungsphysiologie und Prävention, publiziert in wissenschaftlichen Fachzeitschriften und trägt bei internationalen-wissenschaftlichen Kongressen vor. Sie ist in einer musikalischen Familie aufgewachsen und lebt die Verbindung zwischen Sport und Musik im Tanz aus.



**Isabel
Gabbe**

Innsbruck (A)

isabel.gabbe@moz.ac.at

www.moz.ac.at



**Vortrag
Do, 15:30 Uhr**

„Linksgespie(ge)lt!“ Isabel Gabbe

Händigkeitsgerechtes Schreiben in der Schule hat sich mittlerweile durchgesetzt. Das Schreiben ist eng verbunden mit dem Gefühlsleben und ist Ausdruck der Persönlichkeit.

Die Umstellung der angeborenen Händigkeit ist einer der massivsten Eingriffe in das menschliche Gehirn: Durch den Gebrauch der nicht dominanten Hand, besonders zum Schreiben, kommt es im Gehirn oft zu schwersten Störungen und Irritationen, die den Menschen individuell meist sehr belasten und Auswirkungen für sein ganzes Leben haben können. (Sattler, 2021, Auer Verlag)

Linkshändigkeit wurde lange Zeit als „Abweichung von der Norm“ betrachtet und Musikinstrumente sind - noch heute - in der Regel für Rechtshänder ausgelegt. (Walter Mengler, 2010, Schott Verlag)

Welche Rolle spielt die Überlegenheit einer Hand beim Instrumentalspiel? Wie verhält es sich beim Klavierspiel? Was bedeutet dies für die Klaviermethodik, Musikschulen und den Klavierbau?

Der Vortrag zu diesem weitgehend unentdeckten und tabuisierten Thema schlägt einen geschichtlichen Bogen über Linkshänderklaviere und ihre Pianist_innen, von dem Mangeot-Flügel des 19. Jahrhunderts bis zu den neuesten Entwicklungen von gespiegelten Tastaturen. Der aktuelle Forschungsstand und Erfahrungsberichte aus der Linkshänder-Beratung werden verknüpft mit Musikpädagogik. (Arnoldussen 2020, Schott Verlag)

Erfahrungsberichte aus dem Klavierunterricht fließen ebenso ein wie konzeptuelle Gedanken für eine Klavierdidaktik für Linkshänder_innen. Weitere Verwendungen von Spiegeln finden sich in der Musiktheorie (Alcantara 2019; Klippstein und Schuck 2020) und Übemethodik (Hamelin 2023, Busoni). Am Ende des Vortrags steht eine Vision des händigkeitsgerechten Klavierlernens und ein Ausblick für weitere Forschungsfelder.

Isabel Gabbe ist seit 2016 Professorin für Klavier und Klavierdidaktik an der Universität Mozarteum Salzburg Department Innsbruck, sowie zertifizierte Musikphysiologin. In der Vergangenheit hat sie langjährige Erfahrungen sammeln können als Klavierlehrerin und Musikpädagogin in den Bereichen von Musikhochschulen, Musikschulen, allgemeinbildende Schulen und Kindertagesstätten.

Isabel Gabbe konzertiert und gibt Meisterkurse und Fortbildungen im In- und Ausland. Vorträge und Artikel sind bei *Üben&Musizieren* (Schott) und im ersten Band der Buchreihe „Innsbrucker Perspektiven zur Musikpädagogik“ im Waxman Verlag erschienen. (www.isabel-gabbe.de)



**Helene
Roitingner**

Weibern (A)

info@eutonie-angebot.at

www.eutonie-angebot.at



**Workshop
Do, 15:45 Uhr**

Kreativität, Präsenz und Wohlbefinden: Erkunden & Experimentieren vs. richtig & falsch Helene Roitingner

Nichts behindert das kreative Schaffen so sehr wie die Angst, etwas falsch zu machen!

Meine Überzeugung ist: Kreativität ist kein Talent! Kreativität ist eine Fähigkeit, die in jedem Menschen wohnt. Es geht darum, sich frei von Bewertungen zu betätigen, zu experimentieren, zu erforschen; freudvoll Erfahrungen zu sammeln und im Anschluss den erlebten Prozess zu reflektieren - zu feiern, was gelungen ist. Durch reales Erleben wird so ein gesundes und tragfähiges Selbstbewusstsein aufgebaut.

Neugier, Entdeckerfreude und unbefangenes Spiel bilden den Boden zur nötigen Offenheit für alles, was entsteht. Die Erlaubnis „was immer Du kreierst, es ist OK“, bereitet den Raum für die Entwicklung eines reichen Repertoires an Bewegungs- und Musiziererfahrungen, aus dem heraus sich ein Gefühl von Sicherheit und erfülltem Musizieren entwickeln kann.

Der Gedanke, etwas falsch gemacht zu haben, bringt uns nicht nur in emotionale, sondern auch in körperliche Enge. Aus körperlicher Enge heraus entstehen Fehlleistungen und aus diesen wiederum körperliche und emotionale Belastungen. Das Übepensum wird erhöht in der Hoffnung, Treffsicherheit, Geläufigkeit und Brillanz zu steigern. Die Folgen davon sind nochmals zunehmende Belastungen dort, wo es eigentlich darum ginge, Raum zu schaffen und alles das loszulassen, was einem geschmeidigen Bewegungsablauf und unserer Inspiration im Wege steht. Diesen Kreislauf einmal erkannt und durchbrochen, kann das wahre Potential erst richtig zur Entfaltung bringen.

Sobald aktiv an der Entwicklung eines soliden Körperbewusstseins gearbeitet wird, kann die nach unten ziehende Spirale zur Umkehr gebracht werden. Ein wacher Körper, klar verbunden mit dem Boden und dem Raum, bildet die Basis für geschmeidige Technik, Verbundenheit mit der Musik und dem Instrument, sowie Ausstrahlung und Präsenz.

Erleben Sie im Workshop, wie sich Ihr Körper mit den Mitteln der Eutonie Gerda Alexander durch einfache und sanfte Anleitungen reguliert: Der Tonus (Körperspannung) kommt ins Gleichgewicht, Blockaden können sich lösen, körperliches Wohlbefinden stellt sich ein mit gleichzeitiger Belebung Ihrer Kreativität und Entdeckerfreude. Genießen Sie wohltuende Harmonisierung in Ihrem Körper!

Helene Roitingner, geboren 1972 in Linz, studierte zunächst Konzertfach und Instrumentalpädagogik, Hauptfach Violoncello, Schwerpunkt Elementare Musikpädagogik am Brucknerkonservatorium Linz, Abschluss 1995. Es folgten intensive weiterführende Studien bei Bernhard Walchshofer, Linz und Susanna Ehn-Riebl, Salzburg. 1995 begann ihre rege Unterrichtstätigkeit im Oö. Landesmusikschulwerk in den Fächern Cello, EMP, Haltung und Bewegung, Musikphysiologie, Auftrittspraxis.

Sie besuchte zahlreiche Fort- und Ausbildungen zu den Themen Gesundheit und Persönlichkeitsentwicklung, aus denen heraus sich ihre musikphysiologische Arbeit entwickelte. Herausragend dabei ist das Diplom für Eutonie Gerda Alexander, klientenzentrierte Gesprächsführung (Rogers) und das Diplom für systemische Supervision und Coaching.

Aktuell arbeitet Helene Roitingner in der Begabtenförderung, gibt Fortbildungen für Musikpädagog:innen und unterrichtet im Lehrgang Musikphysiologie an der mdw. 2016 begründete sie die Eutonie-Akademie Österreich, in der sie die Eutonie-Ausbildung für Österreich leitet.

www.eutonie-akademie.at,



**Alexandra
Türk-Espitalier**

Wien (A)

tuerk-espitalier@mdw.ac.at

www.musik-physio.de



**Vortrag
Do, 15:45 Uhr**

Die untere Extremität: Die Rolle der Beinachse für Instrumentalist_innen **Alexandra Türk-Espitalier**

Anders als im Tanz oder Sport wird die untere Extremität bei Musiker_innen eher selten betrachtet. Wenn man jedoch bedenkt, dass die meisten Instrumente häufig oft stundenlang im Stehen geübt werden, lohnt es sich, einen detaillierteren Blick auf den Stand zu werfen. Geläufig sind meistens die Begriffe „stabiler Stand“, „geerdeter Stand“ und „Balance“, die im Bereich der Körperwahrnehmung verwendet werden.

Aber auch der biomechanische Blick auf die Beinachse ist für Instrumentalist_innen interessant.

Im Vortrag werden die Auswirkungen von Achsabweichungen auf den Stand, die gesamte Körperhaltung und die Atmung erläutert. Weiterhin werden die möglichen Folgen auf das Instrumentalspiel aufgezeigt und Ausgleichsübungen für die häufigsten Fehlstellungen vorgestellt.

Dr. Alexandra Türk-Espitalier, MSc, arbeitet seit fast 20 Jahren im Bereich der Musikphysiologie / Musikergesundheit und ist Senior Lecturer an der Universität für Musik und Darstellende Kunst Wien (mdw).

Sie studierte Flöte (IGP und Konzertsfach) in Frankfurt, Physiotherapie (MSc) in Edinburgh und Musikwissenschaft (PhD) in Wien. Ihre Unterrichtsschwerpunkte sind die Prävention von spielbedingten muskuloskelettalen Beschwerden, die Bewegungsanalyse am Instrument und die Verbesserung der Spielleistung durch körperliches Training.

Dr. Türk-Espitalier ist Autorin und Co-Autorin zahlreicher Bücher und Artikel mit den Themen Prävention und Übungen für Musiker_innen, Training und Übepläne. Ihr bekanntestes Buch ist „Musiker in Bewegung. 100 Übungen mit und ohne Instrument“ (Zimmermann 2008), das auch auf Englisch und Chinesisch erschienen ist. Sie betreibt einen Youtube-Kanal zum Thema Musikphysiologie und hat die erste App („Fitissimo“) mit Übungen speziell für Musiker_innen herausgebracht.



**Heidi
Brandi**

Hamburg (D)

info@zentrum-berufsmusiker.de

www.zentrum-berufsmusiker.de



**Vortrag
Do, 16:00 Uhr**

Transfer aus dem Leistungssport – Wieviel Prävention und Resilienz können Musiker: innen aus dem Leistungssport integrieren?

Heidi Brandi, Karoline Renner

Das Zentrum für Berufsmusiker in Hamburg besteht aus einem Team von Therapeuten:innen und Musiker_innen, die seit 10 Jahren die aktuelle Bedürfnislage ausübender Profi-Musiker_innen unterstützt. Waren früher medizinische Diagnosen in Ambulanzen und Arztpraxen der erste Schritt für eine Behandlung in einer akuten Krankheitssituation („Ich geh überhaupt erst zum Arzt, wenn nix mehr geht“), so hat sich das Verständnis der Student_Innen und Berufsmusiker_innen deutlich verändert.

Vorsorge und Selbstfürsorge sind in den Vordergrund gerückt, um den körperlichen und psychischen Herausforderungen in der Leistungsmusik während der gesamten beruflichen Lebenszeit gerecht werden zu können.

Das Wissen und die Bedeutung einer Selbstregulation wird unter dem Aspekt des Erbringens von Spitzenleistungen erörtert. Eine wirksame Selbstregulation kann aber auch nur individuell erlernt werden.

Um die Leistung in der Musik auf den Punkt zu bringen, sind aus diesem Grund viele Spezialist_innen nötig, entsprechend einem Team im Leistungssport. Dort erhalten die Profisportler_innen selbstverständlich eine fachgerechte Unterstützung für Körper, Psyche, Spieltaktik, Medizin, Kommunikation und vieles mehr. Das Zentrum für Berufsmusiker hat die neuesten Erkenntnisse aus dem Leistungssport in den Bereich der Leistungsmusik übertragen.

Wir werden einige Bereiche aus dem Leistungssport für die Relevanz in der Leistungsmusik vorstellen:

- * Erholung und Belastung
- * Emotionen spüren und steuern
- * Vorstellungstraining
- * Fokus/ Gelassenheit
- * Selbstvertrauen
- * Wettkampfmanagement / Teamgeist

Eine differenzierte Sichtweise des musikalischen Ausdrucks und der künstlerischen Identität der Klienten_innen ist der Basso Continuo unserer interdisziplinären Beratung und Therapie. Anhand eines Fallbeispiels werden praktische Interventionen aus dem Leistungssport vorgestellt. Neben den psychotherapeutischen Sitzungen werden Behandlungen aus der Physiotherapie, Dispokinese, Yoga und Bühnentraining integriert und das Thema Ressourcenaufbau gezeigt.

* Dipl. Psych. Heidi Brandi: Seit 2013 Leitung des Zentrums für Berufsmusiker und der Hamburger Musikerambulanz. 2022 Durchführung des Symposiums: Mentale Stärke im Leistungssport und in der Leistungsmusik mit OlympiateilnehmerInnen und LeistungsmusikerInnen zum Thema: Belastung und Erholung. Lehrtätigkeiten in Orchestern und Akademien, sowie an Hochschulen. 2013 - Interdisziplinäre musikermedizinische Treffen Hamburg und Aufbau der Workshopreihe: Mentale Gesundheit für Berufsmusiker.

* Karoline Renner ist seit 1995 Flötistin der Südwestdeutschen Philharmonie Konstanz und regelmäßig als Musikerin kammermusikalisch und in Orchestern in Deutschland, Österreich und der Schweiz tätig. Stellvertr. Vorsitzende der AG Gesundheit und Prophylaxe der Deutschen Musik- und Orchestervereinigung. Dispokinese-Workshops bei internationalen Meisterkursen und Universitäten. Sie ist Kooperationspartnerin des Zentrums für Berufsmusiker Hamburg. Am Mozarteum Salzburg ist sie Lektorin für „Auftritts-, Probespiel- und Wettbewerbscoaching“.



Karoline Renner



**Christoph
Reuter**

Wien (A)

christoph.reuter@univie.ac.at

musikwissenschaft.univie.ac.at/ueber-uns/team/reuter



**Vortrag
Do, 16:15 Uhr**

Grooving & Moving, Blowing & Bowing - Typische Bewegungen beim Saxophonspiel und ihre klanglichen Auswirkungen

Christoph Reuter, M. Bertsch, I. Czedik-Eysenberg, A. Cui, M. Roos, S. Ambros, J. Jewanski, M. Eder, J. Mühlhans, F. Klooss, D. Popovic, V. Weber, A. Stickler, G. Feller, Ph. Steurer, J. Yang, M. Oehler

Saxophonist_innen gehören besonders in der Jazz- und Popmusik zu exponierten Solist_innen, die während eines Solos oder Riffs ihr Spiel durch – teils unwillkürliche, teils gezielte – Spielbewegungen untermauern. Je nach Selbstverständnis des/der Spieler_in und je nach Spielsituation können diese Bewegungen sehr unterschiedlich ausfallen. Dabei sind die Bewegungsformen meist so typisch, dass sie sich in deutlich unterscheidbare Kategorien unterteilen lassen, die häufig auch selbstironisch parodiert werden (z.B. youtu.be/weydt72CG8w; youtu.be/ky0sjmlWws0; youtu.be/u96bAOTMuIA; youtu.be/HdYZudkRz5s etc.).

Während zusätzliche Körperbewegungen beim Klarinettenspiel nur wenige klangliche Auswirkungen zeigen (z.B. Nusseck et al., 2022) und auch sonst eher dazu dienen, um mit anderen Musiker_innen bzw. dem Publikum zu kommunizieren (Jensenius et al., 2010; Coorevits et al., 2020) oder den eigenen Gefühlen Ausdruck zu verleihen (Chang et al., 2019), scheinen typische Bewegungen und Gesichtsausdrücke von Saxophonist_innen schon spezieller mit typischen klanglichen Merkmalen verbunden zu sein (z.B. ruckartige Vor-/Rück-Bewegung des Oberkörpers im Rhythmus der Musik während des Growlings).

So liegt es nahe, die verschiedenen typischen Bewegungsarten von Saxophonist_innen zum einen zu erfassen und zum anderen auf ihre klanglichen Auswirkungen hin zu untersuchen. Für Aufgaben dieser Art eignen sich die seit 2021 entwickelten SINES Tools (Reuter, Czedik-Eysenberg, Cui 2023):

In diesen lässt sich die automatische Erfassung von Bewegungen und Gesichtsausdrücken aus Videos mit einer zeitsynchronen Audiosignalanalyse verbinden, wodurch es möglich wird, die Entwicklung klanglicher Parameter wie Helligkeit, Rauigkeit, Fluktuationen in Bezug auf die Bewegungsintensität oder –richtung einzelner Körperteile auszuwerten. Neben den Ergebnissen dieser Studie werden auf der Tagung gleichzeitig auch die neuen und frei im Netz verfügbaren SINES Tools der Wiener Systematischen Musikwissenschaft vorgestellt.

sinestools.univie.ac.at

Tools for Data Acquisition and Empirical Research

Christoph Reuter, geb. 1968, studierte Musikwissenschaft, Germanistik und Pädagogik an der Universität zu Köln, wo er 1996 promoviert und 2002 habilitiert wurde. Nach Rufen an die Universitäten Osnabrück und Wien ist er seit 2008 Professor für Systematische Musikwissenschaft an der Universität Wien. Seine Forschungs- und Arbeitsschwerpunkte liegen im Bereich der Instrumenten-, Raum- und Psychoakustik, der Klangsynthese und -analyse, der Musikpsychologie sowie in musik-/geräuschbezogenen Fragestellungen. Gemeinsame Software-Projekte verbinden ihn u.a. mit dem Haus der Musik (Wien) und dem Deutschen Museum (München). Im Rahmen von Auftragsforschungen war/ist er beratend für Gesellschaften/Firmen wie u.a. AKM Austro Mechana (Wien) und Tesla Gigafactory (Berlin) tätig.

Co-Autoren:

Matthias Bertsch, Isabella Czedik-Eysenberg, Anja-Xiaoxing Cui, Marik Roos, Sarah Ambros, Jörg Jewanski, Matthias Eder, Jörg Mühlhans, Felix Klooss, Dijana Popovic, Veronika Weber, Albert Stickler, Gabriel Feller, Philipp Steurer, Jian Yang, Michael Oehler



**Francesca
Agostinis**

Wien (A)

francesca.agostinis@students.mdw.ac.at



**Spotlight Poster
Do, 16:30 Uhr**

Emotional perception of a guitar concert: 3D Immersive virtual reality versus typical 2D video streaming of a guitar concert **Francesca Agostinis, Matthias Bertsch**

In today's music scene, the audience has the opportunity to experience a musical performance in different forms, for example: "live" in a concert hall or music club, through various streaming platforms, such as YouTube, Spotify or AppleMusic, or again in a virtual reality (VR) environment.

The latter has become very widespread in recent years, thanks to technological developments as well as, perhaps, the pandemic of COVID-19, and so a new avenue for music performance has opened for musicians and their audience.

One day I was listening to a live streamed music competition final at home with my laptop and at the same time, I was able to discuss the performances with a colleague who was in the hall: for her, it was clear that one performance was more emotional than the others, oppositely it was quite flat and unmoving for me. Of course, everyone has their own personal taste, but I then asked myself: What emotional differences can arise in the audience's experience in the different performance situations?

From this question I developed an experiment to compare the audience's emotional reactions during two listening situations. These were a "typical video streaming" situation with laptop and headphones, and an "immersive virtual reality" with the use of VR glasses, which were provided by the Österreichische Gesellschaft für Musik und Medizin, which I thank for this financial support.

Based on the concert situations and the participants' data, three main hypothesis were postulated:

- 1) participants in the immersive VR will have more SCRs.
- 2) participants who play the guitar will have more SCRs.
- 3) the level of musical education will be reflected in the amount of SCRs.

The experiment consisted of monitoring the skin conductance response (SCR) of 29 participants while they watched a live recorded guitar concert in the two different concert situations. The SCR was measured with the "eSense" sensors from the company "Mindfield".

The results show that the first hypothesis "participants in the immersive VR will have more SCRs" was confirmed, while the other two "participants who play the guitar will have more SCRs" and "participants who play the guitar will have more SCRs" were confirmed only when the extremes of the two categories, instrumentalists vs. no instrumentalists and professional musicians vs. people with no musical training, were compared.

Francesca Agostinis is an Italian guitarist who lives and teaches in Austria. From 2015 to 2020 she completed the bachelor's degree programme "Konzertfach" and the bachelor's degree programme "Instrumental (Vocal) Pedagogy (IGP)" at the University of Music and Performing Arts Graz (KUG). In 2024 Francesca Agostinis obtained her master's degree with distinction in "Instrumental (Vocal) Pedagogy (IGP)" from the University of Music and Performing Arts Vienna (MDW), where she could deepen her knowledge and interest in the field of "Music Performance Science".

Parallel to her studies, she is also fully occupied in her professional life: She worked from 2019 'till 2021 at the Institute for Music Education at the University of Music and Performing Arts Graz (KUG) as student assistant as well as project assistant, and since September 2021 she has been employed as guitar teacher at the "Johannes Brahms" music school in Mürzzuschlag.



**Matthias
Bertsch**

Wien (A)

Bertsch@mdw.ac.at

drtrumpet.eu



**Spotlight Poster
Do, 16:30 Uhr**

Stress Monitoring with the EmbracePlus Smartwatch during Real-Life and Virtual Reality Exposure Training

Matthias Bertsch, Martin Schmidt, Michael Peschka

Die Bewertung von Stressreaktionen bei Musiker_innen hat durch die Integration neuer Sensortechnologien in leistungsbezogenen Kontexten erhebliche Fortschritte gemacht. In diesem Beitrag wird die Anwendung fortschrittlicher Smartwatch-Sensoren zur Messung physiologischer Indikatoren im Zusammenhang mit Leistungsstress, einschließlich Lampenfieber und Bühnenangst, vorgestellt. Der Schwerpunkt liegt auf der Messung des Hautleitwerts (galvanische Hautreaktion - GSR) und der Herzfrequenz, die als zuverlässige Biomarker für Stressreaktionen anerkannt sind. In Pilotstudien wurden diese Messgrößen aufgezeichnet, während Musiker_innen in verschiedenen Szenarien auftraten: Üben zu Hause, Instrumentalunterricht, Vorspielen und öffentliche Konzerte. Die für diese Forschung verwendete Smartwatch, das EmbracePlus Device von Empatica, zeichnet sich durch ihre Benutzerfreundlichkeit und ihre Fähigkeit aus, Daten direkt vom Handgelenk der Musikerinnen und Musiker präzise zu erfassen. Diese Daten werden dann in einem anonymisierten Online-CareLab gespeichert. Speziell für diese Studie wurde eine Schnittstelle entwickelt, die einen einfachen Zugriff auf die Rohdaten im komplexen AVRO-Format ermöglicht. Erste Ergebnisse bestätigen die Anwendbarkeit dieser Methode unter realen Bedingungen und bilden eine Grundlage für die Anwendung in breiteren Forschungskontexten. Durch die Datenanalyse können digitale Biomarker identifiziert werden, die individuelle Stressprofile von Musiker_innen widerspiegeln und somit einen wichtigen Beitrag zur Musikphysiologie und -psychologie leisten. Die Kombination dieses Instruments mit der laufenden Entwicklung des Virtual Reality Exposure Trainings (VRET) erscheint sehr vielversprechend, insbesondere da Messungen innerhalb und außerhalb des Labors vergleichbar gemacht werden. VRET ist ein evaluiertes immersives Trainingsprojekt, das darauf abzielt, Bühnenangst zu überwinden und das Spielen auf berühmten Bühnen zu genießen. Durch Virtual-Reality-Simulationen können die Teilnehmenden ihre Ängste und Spannungen in einer sicheren Umgebung erforschen und Werkzeuge und Techniken erlernen, um mit ihrem Lampenfieber umzugehen. Alternativ oder ergänzend zu GSR & Puls Daten, können im Labor Muskelverspannungen gemessen oder die Performance mittels Motion Capturing dokumentiert werden.

Die Besonderheit des VRET Projektes an der mdw ist, dass reale fotorealistische Szenarien zum Training verwendet werden und nicht weniger realistische Avatare oder Simulationen. Die Teilnehmenden erleben auch immersive VR-Setups, die Highlights von Konzertsituationen in legendären Spielstätten und Backstage von Orchesterprobespielen zeigen. Ziel des Vortrags ist es, das Potenzial dieser Technologien aufzuzeigen und zukünftige Anwendungs- und Forschungsmöglichkeiten in diesem aufstrebenden Feld zu skizzieren.

Ao. Univ.-Prof. Dr. Mag. Matthias A. Bertsch widmet sich der interdisziplinären Musikforschung, insbesondere im Bereich der musikalischen Performance. Als systematischer Musikwissenschaftler, spezialisiert auf musikalische Akustik, Musikphysiologie und Musikpsychologie, sowie als Biofeedback-Trainer, nutzt er eine Vielzahl psychophysiologischer und multimedialer Tools im Motion-Emotion-Lab der Universität für Musik und darstellende Kunst Wien (MDW) für Forschung und Lehre.

In seinem aktuellen Forschungsprojekt kombiniert er 360°/3D-Visualisierungen mit Augmented Audio, um Stresslevel und muskuläre Anspannungen beim Musizieren zu messen.

Seit 2009 ist er Präsident der Österreichischen Gesellschaft für Musik und Medizin.



Virtual Reality Exposure Training
Motion-Emotion-Lab | mdw

Projekt Website



**Laura
Bezold**

Wien (A)

bezold@mdw.ac.at

mdw.ac.at/promimic/forschung/



**Spotlight Poster
Do, 16:30 Uhr**

ProMiMiC - Professional - Excellence in Meaningful Music in Healthcare Laura Bezold, Magdalena Bork

ProMiMiC – Professional Excellence in Meaningful Music in Healthcare untersuchte an vier europäischen Standorten die Anwendung personenzentrierter Live-Musik im Krankenhaus-Setting. Dabei handelt es sich um eine innovative künstlerische Praxis, in der Musiker_innen und Musiktherapeut_innen „maßgeschneiderte“ Musik für Patient_innen diverser Krankenhausstationen improvisieren.

Die Gesundheitsförderung mittels Interprofessionalität stand im Zentrum der Forschung: die gegenseitigen Lernprozesse und die Kollaboration zwischen Musiker_innen und Musiktherapeut_innen in Kooperation mit dem Universitätsklinikum AKH Wien / Medizinische Universität Wien wurden beforscht. Es zeigte sich, dass das Wohlbefinden der Patient_innen und des Pflegepersonals durch die künstlerischen Interventionen steigt.

Aus dem Projekt hat sich die Lehrveranstaltung „Musik auf Station. Personenzentriertes Musizieren im Krankenhaus“ an der mdw entwickelt.

Der kürzlich gegründete Verein „MusiCare“ setzt sich für die weitere Professionalisierung und Verbreitung der Praxis in österreichischen Gesundheitseinrichtungen ein.

* Laura Bezold studierte Musiktherapie an der mdw – Universität für Musik und darstellende Kunst Wien sowie Musikpädagogik und Musikwissenschaft an der Universität Würzburg. Sie hat einen Lehrauftrag am Institut für Musiktherapie der mdw und war dort als Koordinatorin für das Forschungsprojekt ProMiMiC – Professional Excellence in Meaningful Music in Healthcare - tätig. Als Musiktherapeutin arbeitet sie in einem Ambulatorium für Kinder und Jugendliche mit emotionalen Störungen, Entwicklungsverzögerungen und Behinderungen und im Rahmen des Forschungsprojekts M4A – Music for Autism an der Universität Wien.

* Magdalena Bork, ausgebildete Flötistin, promovierte „summa cum laude“ an der mdw mit Forschung zu Karriereverläufen von Musiker_innen („Traumberuf Musiker? Herausforderungen an ein Leben für die Kunst“, Schott, 2010). Seit 2016 ist Bork am mdw talent lab tätig, in Forschung, Leitung und Beratung rund um die Förderung junger Talente. In der Lehre begleitet sie als Dozentin Studierende in der Gestaltung ihrer individuellen Karrieren. Im Forschungsprojekt „ProMiMiC“ untersuchte sie 2019-2023 gemeinsam mit Kolleg_innen in Den Haag, Groningen und London den Einsatz der Praxis des personenzentrierten Improvisierens in Gesundheitseinrichtungen.



Magdalena Bork



**Kathrin
Fabian**

Wien (A)

Kathrin.fab@gmail.com

mdw.ac.at/mrm/iasbs/yoursmile



**Spotlight Poster
Do, 16:30 Uhr**

Musizieren in der Your Smile–Musikwerkstatt in der Kinderklinik: Quantitative Begleitforschung

Kathrin Fabian, Beate Hennenberg, Matthias Bertsch und Vito Giordano

Im Rahmen der Musikwerkstatt "Your Smile" am Comprehensive Center for Pediatrics (CCP) des AKH Wien finden musikpädagogische Unterrichtseinheiten statt, die von der mdw koordiniert werden und an denen Lehrende, Studierende und Heilstättenpädagog_innen mitwirken.

Das von Patient_innen geschätzte Projekt wird zugleich in verschiedenen Formen erforscht. Hierzu wurden unter Einbindung der verschiedenen Akteur_innen im Feld verschiedene Fragebögen entwickelt, um eine dem Feld angepasste und den Bedürfnissen der Anwender_innen entsprechende Dokumentation zu erhalten. Während in der Erhebung I (Okt. 2021 - Juni 2023) zunächst qualitative und reflexive Fragen im Mittelpunkt standen, folgte als Erhebung II (März 2023 - Juni 2023) ein qualitativer und quantitativer Langfragebogen, der die Situation pro Kind und Unterrichtseinheit umfassend erfasste. Ab Okt. 2023 erfolgte eine primär qualitative Dokumentation als Erhebung III.

Die Dokumentationen liefern somit neben freien schriftlichen (Tagebuch-)Reflexionen der Lehrpersonen auch quantitative Einblicke in die Rahmendaten der mit den jungen Patient_innen durchgeführten Einheiten sowie in musikbezogene Aspekte.

Insgesamt zeigen die Daten von über einhundertfünfzig dokumentierten Fällen einen stark situativ geprägten Unterrichtsverlauf sowie eine Vielfalt an Aktivitäten, musikpädagogischen Zugängen und Genres.

In fast jeder Musizierstunde wurden Lieder mit den Kindern gesungen, Instrumentalspiel mit den Kindern und Jugendlichen praktiziert und improvisiert. (Klein-)Percussion, Gesang und Gitarre wurden in den ersten Projektphasen am häufigsten eingesetzt und die musikpädagogischen Aktivitäten waren von Einflüssen der Elementaren Musikpädagogik, der Schulmusik und der Instrumental-/Gesangspädagogik geprägt.

Die Mehrheit (60%) der Kinder ist im Grundschulalter (7-11 Jahre), 25% sind ältere Jugendliche (12-18 Jahre) und es gab auch einige Kleinkinder.

In einem Drittel der Einheiten unterstützten die Bezugspersonen den Musikunterricht, in einem Drittel wurde beobachtet und nur in einem Drittel war keine Bezugsperson anwesend.

Zu Beginn und am Ende der Einheit wurden die Valenz (emotionale Befindlichkeit) und das Arousal (Aktivierung) der Kinder von den Lehrkräften subjektiv eingeschätzt. Die Auswertung zeigt einen signifikanten Anstieg beider Werte. Die Kinder waren nach der Einheit aktiver und emotional positiver gestimmt.

Kathrin Fabian, BA MA, studierte Instrumental- (Gesangs-)Pädagogik sowie das individuelle Studium Inklusive Musikpädagogik an der Universität für Musik und darstellende Kunst Wien (mdw) und der Karl-Franzens-Universität Graz sowie Deutsche Philologie an der Universität Wien. Sie ist an der mdw an inklusionsbezogenen Veranstaltungen und Projekten beteiligt. Ihre Masterarbeit mit dem Titel ‚Konzeption eines musikbasierten pädagogisch-psychologischen Programms auf Basis der Selbstbestimmungstheorie zur Förderung von Autonomie, Kompetenz und sozialer Einbindung im inklusiven Musizieren‘ wurde 2023 bei der EAS-Konferenz (European Association for Music in Schools) als Konferenzbeitrag angenommen. Aktuell ist sie als Mitarbeiterin im Projekt Your Smile der mdw sowie im Alumni-Netzwerk Musikpädagogik tätig.

Projektleiter_innen: Dr. Vito Giordano; Ao. Univ.-Prof.Dr. Matthias Bertsch; Ass.Prof. Dr.Mag. Beate Hennenberg
Beteiligte Lehrende der Heilstättenschule: Mag. BEd. Susanne Mauss; Dipl. Päd. Nadine Konrad; Dipl. Päd. Elke Huber-Lang; Markus Schrempf
Leiter_innen der Einrichtungen: Univ. Prof. Dr. Angelika Berger; Ao.Univ.-Prof.Dr. Susanne Greber-Platzer; Univ. Prof. Dr. Ina Michel-Behnke; VR Gerda Müller



Veeda

Kala

Tallinn (Est)

veeda.kala@eamt.ee

etis.ee/CV/Veeda_Kala/eng



Spotlight Poster
Do, 16:30 Uhr

Methods used by singers of Western classical style to enhance the intelligibility of sung text

Veeda Kala, Marju Raju

Western classical singing is a longstanding cultural tradition that combines both melody and text to convey meaning. However, it can often be challenging for listeners to comprehend the lyrics, for example at an opera performance. There are numerous publications on Western classical singing and its technique, but comparatively little is known about how singers and singing teachers work with text in practice.

In this grounded theory research, an attempt is made to find out when and how classical singers work with text and by whom and what are they influenced thereby. Semi-structured personal interviews were conducted with Western style classical singers (N=30) working in Europe (n=25) and North America (n=5).

The findings show that there is a list of different approaches among the singers regarding working with the text and improving the text intelligibility. The findings also illuminate many challenges singers face in their work with text/libretto, for example working with many different languages as well as the dialects within those languages.

The outcome of this research provides insights into the intelligibility of sung text in Western style classical singing from a practical perspective and therefore, it can serve as a valuable contribution to the research in this field.

Veeda Kala (1994) is a researcher in the field of psychology of music. Her BA is in classical piano from 2018 (Age Juurikas being a tutor) and her cum laude MA is in musicology as the main field of study (Prof. Jaan Ross as a supervisor), and piano pedagogy (Mati Mikalai as a tutor) as the minor field of study. Both degrees were acquired from the Estonian Academy of Music and Theatre.

2020–2022 she taught solfeggio, history of music and piano at Kiili School of Arts.

Since 2022 she works at the Estonian Academy of Music and Theatre as a doctoral student / junior research fellow in musicology (supervisor researcher Marju Raju).



**Hanna Felicitas
Klein**

Hannover (D)

hanna.klein@student.uni-luebeck.de

www.immm.hmtm-hannover.de



**Spotlight Poster
Do, 16:30 Uhr**

Temporal prediction and precision in pianists with Musician's Dystonia **Hanna Felicitas Klein, Johanna Doll-Lee, Takanori Oku, Eckart Altenmüller, André Lee**

Musician's Dystonia (MD), a task-specific dystonia (tsD), typically presents as deterioration of fine motor control at the instrument. While the underlying pathophysiology is not fully understood, studies suggest that MD is a network disease involving different cortical and subcortical brain areas. Interestingly, the connection between the visual and motor cortex also seems to be altered, which is in line with a study on writer's cramp, another form of tsD, showing impairment of temporal prediction.

To examine this further, we conducted a study among 20 professional pianists with MD (DP) and 20 healthy controls (CP). The experiment measured the participants' accuracy of predicting the estimated end of a four-time repeated but abruptly discontinued sequence and was divided into two parts. The first part consisted of scales in C major across three octaves which were presented in three conditions: (i) visual-only, (ii) auditory-only, and (iii) combined visual-auditory. Each version was repeated 15 times and with three different conditions (a disruption after 40, 55 and 70 percent of the complete video and audio file). For the 'non-music-related' part, instead of a piano scale a ball moving from the left to the right of the screen to an artificially produced glissando covering three octaves was presented.

The participants' average age was 49+/-12 years for DP and 47+/-13 years for CP (range: 25-76 years). Across all three conditions, improvement in precision was detected when the disruption was implemented later. Further preliminary results indicated a slightly less accurate temporal prediction in DP compared between groups for the visual-only condition and within the DP group compared to the auditory-only and visual-auditory conditions. This could support the findings of impaired visuotemporal prediction and may serve as a future indicator for MD.

Hanna Felicitas Klein (born May 27th, 2002, Luebeck, Germany) graduated from high school in 2020, including several months abroad at the music college in Novosibirsk, Russia. Aged four years, she began playing the violin and became a pre-student at the Music Conservatory, Luebeck, in 2018. Additionally, she has been taking singing lessons for nine years and is an opera student of Prof. Manuela Uhl. Felicitas Klein completed concert tours in Moscow, Chile and Italy and won 1st prizes at national and international competitions.

Her other childhood passion – the fascination for the human body – led her to medical school in 2020 and in 2022 to the research area of musicians' medicine as a doctoral student of Jun.-Prof. André Lee at the "Institute of Music Physiology and Musicians' Medicine", Hanover.



**Leonhard
Königseder**

Graz (A)

office@leonhard-koenigseder.com

leonhard-koenigseder.com



**Spotlight Poster
Do, 16:30 Uhr**

Arbeitszufriedenheit in österreichischen und deutschen Berufsorchestern Leonhard Königseder

„Das ist sicher der schönste Beruf der Welt!“ ist ein Satz, den man als Orchestermusiker_in nicht selten zu hören bekommt. Schließlich haben wir Musiker_innen das Hobby vieler Menschen zum Beruf gemacht. Was kann es Schöneres geben, als Tag für Tag gemeinsam zu proben und Konzerte in großen Konzerthäusern zu spielen? Welcher Beruf kann erfüllender sein, als die schönsten Arien vom Orchestergraben aus zu begleiten?

Um zu sehen, ob Orchestermusiker_innen ihren Beruf tatsächlich als Traum empfinden, wurde im Rahmen meiner Masterarbeit im Fachbereich Psychologie an der Karl-Franzens-Universität Graz eine Umfrage zur Arbeitszufriedenheit in Berufsorchestern durchgeführt. Ziel war es, ein Stimmungsbild österreichischer und deutscher Berufsorchester zu zeichnen. Neben der allgemeinen Arbeitszufriedenheit wurde die Zufriedenheit mit einzelnen Teilbereichen wie Lohn oder Dirigent_innen evaluiert. Zudem wurde untersucht, inwieweit Mitsprache in der Organisation von Orchestern sowie das Arbeitsklima einen Einfluss auf die Arbeitszufriedenheit ausüben.

Obwohl Orchestermusiker_innen mit ihrer Arbeit im Allgemeinen zufrieden sind, scheinen in einzelnen Teilbereichen Veränderungen gewünscht. So wünscht sich ein großer Teil der Musiker_innen mehr Möglichkeiten zur Mitsprache in der Organisation sowie mehr Unterstützung hinsichtlich psychischer und physischer Gesundheit.

In diesem Kurzvortrag werden die Ergebnisse der im November 2023 bis Jänner 2024 durchgeführten Befragung präsentiert sowie deren mögliche Bedeutung für die Praxis erläutert.

Leonhard Königseder ist Mitglied der Vienna Brass Connection & der Blaskapelle Ceska. Von 2010 – 2022 war er Schlagwerker & stellvertretender Pauker der Grazer Philharmoniker an der Oper Graz. Leonhard ist zudem Gründungsmitglied des m2kollektivs, einer Plattform, die sich der mentalen & körperlichen Gesundheit von Musikschaffenden widmet (www.m2kollektiv.com).

Neben seinen Lehraufträgen für mentales Training an der Universität für Musik & darstellende Kunst Wien sowie für Schlagwerk & Drumset an der Universität für Musik & darstellende Kunst Graz arbeitet Leonhard in Einzelcoachings & Workshops mit Musiker_innen & Sportler_innen daran, ihre Effizienz zu steigern sowie ihr volles Potenzial auszuschöpfen.



Hannah

Losch

Hannover (D)

hannah.losch@googlemail.com

www.immm.hmtm-hannover.de



Spotlight Poster
Do, 16:30 Uhr

Development of Piano Performance in Elderly Adults

Hannah Losch, Florian Worschech, Clara E. James, Edoardo Passarotto, Clara R. Kretschmer, Daniel Scholz, Matthias Kliegel, Tillmann H. Krüger, Christopher Sinke, Kristin Jünemann, Damien Marie, Eckart Altenmüller

As the global population ages, understanding how to promote healthy aging and preserve cognitive functions has become crucial. Engaging in intellectual stimulating activities such as learning to play a musical instrument, has shown promise in promoting cognitive vitality. Among musical instruments, the piano's versatility and cognitive demands make it an intriguing option for older adults. The study aimed to assess the feasibility of older individuals acquiring piano-playing skills and identify potential predictors influencing skill acquisition.

A cohort of 72 elderly participants (age = 69.5 years \pm 3.14) from Hannover and Geneva without prior musical practice participated in a 12-month piano training program with weekly lessons. Participants' piano performance was assessed with MIDI pianos at 3 and 12 months of intervention and subsequently rated by piano students (holding at least a bachelor's degree) with teaching experience. Each rater evaluated the piano performance of each participant blindly and in randomized order, considering articulation, dynamics, rhythm, pitch, fluency and expressivity on a scale from 1 to 7. Various predictors such as age, cognitive reserve, education and self-reported musical sophistication were considered as potential predictors of individual progress. Factor analysis was employed to examine the interconnectedness of various skills in piano performance.

The rater system effectively evaluated and measured progress and proficiency in piano playing. Participants demonstrated development in articulation (0.43, CI 95%: [0.18, 0.68]) and dynamics (0.38, CI 95%: [0.08, 0.67]) over one year. Predicting musical development proved challenging; however, more cognitive reserve, higher education and higher self-reported musical sophistication showed positive trends in improving piano performance skills. Factor analysis indicated a one-factor solution, termed piano performance, encompassing technical aspects such as articulation, rhythm, pitch and fluency.

The study offers valuable insights into the potential for older adults to develop motor skills necessary for piano performance. By identifying the factors that contribute to improved musical training outcomes, targeted interventions can be designed to optimize musical training strategies for older adults. This research sets the stage for further exploration into the intricate relationship between aging, musical development, and cognitive function, with the aim of promoting healthy mental aging and well-being through musical activities. Findings regarding the reliability of the rater system and the complexities of predicting musical development have significant implications for music education, especially for older adults.

Hannah Losch, 1997 in Braunschweig geboren, absolvierte nach dem Abitur einen Zwei-Fächer-Bachelor in Mathematik und Musik mit Hauptfach Klavier an der Carl von Ossietzky Universität in Oldenburg. Nach einem mathematisch geprägten Auslandssemester an der Linköpings Universität erforschte sie in ihrer Bachelorarbeit die Verbindung von Mathematik und Musik. Ihr Weg führte sie anschließend zum Master of Education an der HfMT Köln.

In Hannover widmete sich Hannah Losch im Rahmen des Forschungsprojekts „Musik im Alter“ am Institut für Musikmedizin und Musiker_innenphysiologie ihrer Masterarbeit.

Aktuell promoviert sie an der HMTM Hannover in der Musikpädagogik, indem sie die Schnittstelle von Musikpädagogik und Musikphysiologie erforscht.



**Stephan
Mantsch**

Wien (A)

stephanmantsch@gmail.com

www.stephanmantsch.at



**Spotlight Poster
Do, 16:30 Uhr**

„Ich bin als Musikerin erwachsen geworden“ - Über gelungene Krisenbewältigung von Musikstudierenden während der Corona-Pandemie **Stephan Mantsch, Veronika Lubert, Michael Peschka**

Krisen bezeichnen Übergangszeiten, in denen als stabil wahrgenommene Systeme labilisiert werden. Individuelle Kompetenzen und Ressourcen scheinen zumindest zeitweise nicht auszureichen. Das Weltbild gerät ins Wanken. Die eigene Identität wird erschüttert. Gelungene Krisenbewältigung stellt einen Anpassungs- und Veränderungsprozess dar, an dessen Ende Neuorientierung und ein Zugewinn an Resilienz und Identität steht. Elemente erfolgreicher Bewältigung sind dabei Entlastung, das Wiederentdecken von Ressourcen, die Aktivierung protektiver Faktoren und das Herstellen eines positiven Zukunftshorizontes.

Die Corona-Pandemie war auf gesellschaftlicher und individueller Ebene zumindest zeitweise auch durch krisenhafte Entwicklungen geprägt. Dies gilt gerade auch für Musikstudierende, welche im vulnerablen Transitionsalter zwischen Adoleszenz und Erwachsensein mit gravierenden Auswirkungen auf ihr Berufsfeld und ganz spezifischen Belastungen wie u.a. dem Verlust von Auftrittsmöglichkeiten, der Unplanbarkeit von Überprozessen oder der Isolation vom musikalischen Netzwerk, konfrontiert waren.

Als Intervention und Beitrag zur Krisenverarbeitung wurde für die Teilnehmer_innen der Lehrveranstaltung MusikerInnen-Psychologie an der Universität für Musik und Darstellende Kunst Wien eine Online-Befragung konzipiert. Die Fragen sollten Raum für Selbstreflexion schaffen, bewusst die Aufmerksamkeit auf die hilfreichen Elemente der ganz persönlichen Krisenbewältigung sowie auf positive Veränderungen in der Identität als Musiker_in lenken und somit die Konstruktion einer stärkenden Erzählung über die eigene Rolle im Umgang mit Herausforderungen anregen.

Die vorgestellte Arbeit ist das Ergebnis dieser Befragung von 49 Musikstudierenden im Sommer- und Wintersemester 2022. Die qualitative Analyse der Antworten zeichnet das Bild von Studierenden mit vielfältigen Bewältigungsstrategien und der Fähigkeit, Ressourcen zu nutzen und weiterzuentwickeln. Die Antworten spiegeln Neuorientierung und Identitätsstärkung nach mehr als 2 Jahren Pandemie wider, vom „Neudefinieren beruflicher Ziele“, bis zur „Auseinandersetzung mit persönlichen Talenten außerhalb der Musik“. Damit zeigt diese Arbeit, welche inneren und äußeren protektiven Faktoren Musikstudierende als hilfreich ansehen und welche Möglichkeiten der Unterstützung damit auch für die Zukunft denkbar wären.

Stephan Mantsch ist Klinischer- und Gesundheitspsychologe (Universität Wien), Psychotherapeut und ausgebildeter Instrumental-, Gesangspädagoge (Universität für Musik und darstellende Kunst Wien).

Seit 2015 arbeitet er als Psychologe und Psychotherapeut im Ambulatorium für Kinder- und Jugendpsychiatrie des SOS Kinderdorf Wien. Seit 2019 ist er als Psychotherapeut in freier Praxis unter anderem in der Begleitung von Musiker_innen tätig. Beschäftigung mit den Schnittstellen zwischen Musik und Psychologie im Rahmen wissenschaftlicher Projekte und div. Vortragstätigkeiten; bis 2011 Lehrauftrag für Musikpsychologie an der Universität Wien; seit 2016 Lehrauftrag für das Fach MusikerInnen-Psychologie (mdw); seit 2017 Lehrauftrag im Rahmen des postgradualen Lehrganges Musikphysiologie (mdw).

Themenschwerpunkte der Lehrtätigkeit und der Begleitung von Musiker_innen sind Stressbewältigung, Auftrittsängste, musikalische Selbstkonzepte und Selbstwert, Motivation, psychische Gesundheit von Musiker_innen und psychische Gesundheit in der Musikpädagogik.



**Oliver
Margulies**

Zürich (CH)

oliver.margulies@zhdk.ch

zhdk.ch/departemente/dmu/musikphysiologie



**Spotlight Poster
Do, 16:30 Uhr**

The Zurich Centre for Musicians' Hands (ZZM) – Understanding Hands – Facilitating Instrumental Performance **Oliver Margulies, Betty Fleck**

Grosse interindividuelle Unterschiede in Bau und Funktion der Hände entscheiden u.a. darüber, ob Instrumentalspiel leichtfällt oder ob eine Suche nach spezifischen individuellen Lösungen erforderlich wird. Die Biomechanische Handmessung (BHM) ermöglicht die laborgestützte Erfassung instrumentenspezifisch relevanter Spielräume und Begrenzungen der Hand. Die Arbeit des ZZM basiert auf den von Christoph Wagner zwischen 1964-1993 am Max-Planck-Institut Dortmund und an der HMT Hannover durchgeführten Forschungsarbeiten. Seit 2009 wird das Labor-Unikat technologisch, messmethodisch und durch neue instrumentenspezifische Vergleichsdatenbanken weiterentwickelt. Nebst laufendem Beratungsangebot nimmt das ZZM an nationalen und internationalen Forschungsprojekten teil.

Die BHM erlaubt inzwischen die Erfassung über 110 individueller Handeigenschaften: Form, Grösse, aktive und passive Beweglichkeit inkl. muskulo-fasziale Einflussgrössen. Je nach Handeigenschaft werden die Daten mechanisch-analog oder mechanisch-digital erhoben und softwarebasiert ausgewertet.

Das Auswertungsergebnis ist das sogenannte Handprofil. Dieses ist eine je nach Erfordernis flexibel wählbare graphische Darstellung der gemessenen Parameter. Sie können als Absolutwerte und im Vergleich zu den Werten von Kolleg_innen des gleichen Instrumentes dargestellt werden.

Das ZZM leistet Beiträge zu einem durch empirische Forschung erweiterten Verständnis der Spielhand. Das Handprofil kann als objektive Entscheidungsgrundlage für die individuelle Anpassung von Haltungen, Spieltechniken und Ergonomie sowie Repertoire, Trainingsmethodik und Ausbildungsziel dienen und ermöglicht die wissenschaftlich fundierte Vorbeugung und Behandlung von berufsspezifischen Beschwerden und Erkrankungen bei Musiker_innen.

Literatur:

Hildebrandt H, Margulies O, Köhler B, Nübling M, Verheul W, Nemcova M, Hildebrandt W: "Objective Criteria for the Individual Selection of a Physiologically Advantageous Violin Position". In: Musikphysiologie und Musikermedizin (23)3 (2016): 145–146
Margulies O, Hildebrandt H: „Musikerhände erforschen und behandeln“. In: promanu, Fachzeits. der Schweiz. Ges. für Handrehabilitation 25 (2) (2014): 8–10

Margulies O/Nübling M/Verheul W/Hildebrandt W/Hildebrandt H (2023) "Determining factors for compensatory movements of the left arm and shoulder in violin playing". In: Frontiers of Psychology. Volume 13 - 2022. Published 23.01.2023: doi.org/10.3389/fpsyg.2022.1017039

Oliver Margulies – PhD, MA, MAS Violin- und Violastudium in Zürich und Basel (BA und MA). 2005 bis 2007 Mitglied des UBS Verbier Festival Orchestra sowie 2005 der Lucerne Festival Academy. Freiberufliche Tätigkeit als Kammermusiker und in Schweizer Orchestern.

Seit 2007 Lehrkraft an Musikschule Konservatorium Zürich. 2008 Zertifikat für Dispokinesis, Kurs- und Unterrichtstätigkeit als Dispokinesis-Lehrer. 2011 Abschluss des Weiterbildungsstudiums zum MAS Musikphysiologie und 2018 Promotion in wissenschaftlicher Musikpädagogik an der Zürcher Hochschule der Künste.

Seit 2009 Leitung musikpädagogisch-physiologischer Dozierendenfortbildungen und Dozent für Musikphysiologie an der Stella Privathochschule für Musik Vorarlberg. 2009 Mitbegründung des Zürcher Zentrum Musikerhand. Ab 2010 Dozent und wissenschaftlicher Mitarbeiter im Bereich Musikphysiologie/Musik- und Präventivmedizin der Zürcher Hochschule der Künste.



**Franka
Mavriček**

Wien (A)

franka.mavricek@gmail.com



**Spotlight Poster
Do, 16:30 Uhr**

Interconnected dimensions: What influences music performance anxiety? Franka Mavriček, Matthias Bertsch

Remaining an ongoing exigency, music performance anxiety (MPA), as delineated by Fernholz et al. (2019), persists within a spectrum spanning from 16.5% to 60%, intermittently exceeding the upper thresholds. Kenny's (2011) estimates suggest that 15% to 50% of musicians grapple with MPA, hindering performance quality and, in its most extreme form, qualifying as a subtype of social anxiety disorder, per the DSM-5 (Butkovic et al., 2021).

This ongoing research delves into the intricate interplay among MPA, perfectionism, imposter syndrome, self-efficacy, and cultural/socio-economic factors in musicians.

Perfectionism, marked by elevated personal standards and self-critical evaluations, plays a pivotal role in MPA's genesis and perpetuation (Dobos et al., 2018). Maladaptive perfectionism aligns with the imposter phenomenon (IP) (Pákozdy et al., 2023), characterized by persistent self-doubt and a sense of fraudulent accomplishments. Self-efficacy, as conceptualized by Bandura (1997) as the confidence in one's ability to organize and execute the necessary actions to achieve a specific goal and which has been shown to influence MPA, perfectionism and IP, mitigates maladaptive inclinations (Spahn et al., 2021).

Emphasizing MPA's multidimensional nature and its impact on performance quality under perfectionism, the study's aim is to explore maladaptive perfectionism's association with IP and, advancing beyond precedent, to scrutinize diverse MPA manifestations, considering cultural and socio-economic influences on self-efficacy. Addressing a research gap, the study intends to explore relationships within musicianship, offering insights for nuanced interventions. Incorporating cultural and socio-economic factors aims to enhance inclusivity, optimize coping strategies and foster psychological well-being among musicians, aligning with the goal of culturally sensitive spaces in music education and performance.

This recently initiated PhD project is designed to examine these interconnected dimensions among perfectionism, MPA, IP and self-efficacy, testing hypotheses on cultural and socio-economic impacts, MPA distribution patterns, perfectionism correlations and the association of IP with MPA.

Franka Mavricek concluded her musical education at the University of Music and Performing Arts Vienna and Graz attaining the highest honors in flute performance studies, she earned the title "Master of Arts" while specializing in the intricacies of orchestral and chamber music.

Presently, Franka is enhancing her musical acumen through a scholarly pursuit in a scientific doctoral program at the University for Music and Performing Arts Vienna. Her focus extends into the interdisciplinary realm of music psychology, particularly delving into performance anxiety and its nuanced psychological, cultural, and socio-economic dimensions. This scholarly exploration, coupled with her role as an active soloist, orchestral and chamber musician, endows Franka with a unique dual perspective, fostering distinctive depth and insight.

Numerous international competition prizes, together with Rotary International's acclaim for outstanding artistic achievements, further enrich her experience. Additionally, she has been nominated for the Würdigungspreis der Stadt Graz, an honor recognizing outstanding artistic and scholarly achievements in 2023.



**Manfred
Nusseck**

Freiburg (D)

manfred.nusseck@uniklinik-freiburg.de

fim.mh-freiburg.de



**Spotlight Poster
Do, 16:30 Uhr**

Veränderungen der Muskelaktivität im Arm- und Schulter-Nacken-Bereich beim Klarinettenspiel durch eine körperorientierte Kurzintervention **Manfred Nusseck, Jesper Hohagen, Anna Immerz, Claudia Spahn**

Für Musizierende stellt eine muskuläre Überlastung ein Risikofaktor für die Entwicklung von Spielbeschwerden, z.B. spielbezogene Muskel-Skelett-Erkrankungen (PRMD), dar. Ein häufiger Grund ist das Musizieren mit generell hohem Muskeltonus. Eine ergonomische Muskelaktivität schützt vor Verspannungen, muskulärer Dysbalance und Bewegungseinschränkungen. Daher ist es für Musizierende wichtig zu verstehen, wie die Muskeln beim Spielen des Instruments beteiligt sind und wie man die Muskelspannung beim Musizieren optimieren kann.

Körperorientierte Methoden wie die Feldenkrais-Methode können zu einer optimalen Nutzung der Muskelspannung und zur Befreiung von unnötigen Muskelspannungen führen. In dieser Pilot-Studie wurden die Auswirkungen einer kurzen körperorientierten Intervention auf die mittlere Muskelaktivität während des Musizierens evaluiert mit dem Ziel, relevante Muskelgruppen zu identifizieren, deren Gesamttonus sich durch die Intervention veränderte. Dazu wurde ein professioneller Klarinetttist in drei verschiedenen Sitzungen untersucht.

Bei Klarinetttist*innen wird häufig berichtet, dass die Schultermuskeln besonders anfällig für Muskelermüdung sind. Mittels Oberflächen-Elektromyographie (EMG) wurde die Muskelaktivität in Armmuskeln (Unterarmflexoren und Bizeps) und Schultermuskeln (oberer Trapezius) auf beiden Seiten während einer musikalischen Darbietung (ca. 30 Sekunden) vor und nach einer körperorientierten Intervention (10-15 Minuten) gemessen. Die Intervention wurde von einer Physiotherapeutin angeleitet und konzentrierte sich auf die innere Körperachse und die Dehnung der Rumpfsseiten.

Die Messungen zeigten, dass die mittleren EMG-Werte während der Darbietung nach der Intervention im oberen Trapezius (vorher: 38,9 mV; nachher: 27,2 mV; $p = .038$) und den Unterarmflexoren (vorher: 29,9 mV; nachher: 27,5 mV; $p = .008$) abnahmen. Die mittlere Bizepsspannung war bei beiden Messungen ähnlich.

Die Ergebnisse zeigen, dass die mittlere Muskelspannung in einzelnen Muskelgruppen während des Klarinettenspiels durch die kurze körperorientierte Intervention reduziert werden konnte. Die Intervention könnte zu einer besseren Verteilung der Muskelbelastung auf die Muskelkette geführt haben. Die Durchführung körperorientierter Übungen kann daher die Voraussetzungen für einen differenzierten Einsatz der Muskelaktivität beim Musizieren schaffen.

Freiburger Institut für Musikermedizin, Hochschule für Musik, Universitätsklinikum Freiburg, Freiburger Forschungs- und Lehrzentrum Musik

Manfred Nusseck studierte Schulmusik in Hamburg und promovierte in Kognitions- und Neurowissenschaften am Max-Planck-Institut in Tübingen. Er habilitierte im Bereich pädagogischer Psychologie an der Pädagogischen Hochschule in Freiburg.

Er ist als akademischer Mitarbeiter an der Hochschule für Musik Freiburg, dem Freiburger Institut für Musikermedizin und dem Freiburger Forschungs- und Lehrzentrum Musik (fzm) tätig.



Wiktorja

Pawelec

Poznań (PL)

wiktorjapawelec@tlen.pl



Spotlight Poster
Do, 16:30 Uhr

The overuse injuries of right upper extremity in professional violinists – the kinesiological aspect

Wiktorja Pawelec

The complaints within the motor system occur frequently in professional musicians and are often chronic. The performing arts medicine literature indicates that violinists are a high-risk group for occupational diseases.

Playing-related musculoskeletal disorders (“PRMDs”) can have various causes.

In the main laboratory study 16 young violinists – students of the Music Academy of Poznan and 15 mature violinists – professional musicians, members of a symphony orchestra were included. Older violinists had a recent experience of PRMDs. All artists performed the same short piece (R. Kreutzer’s Etude No. 2) multiple times, each time applying one of the following five bowing techniques.

The Motion Capture system with the Gypsy-5 exoskeleton were used for the measurement of their right upper extremity movements. The system enabled determining the following parameters of the bowing arm: the angle-time characteristics of joint angles and the distance covered in space by the elbow and the wrist joints.

In order to assess the electromyographic activity of five selected muscles the Telemyo 2400T G2 device (Noraxon, USA) was used.

For the same group of participants a thermographic examination of the body using TVS-200EX thermal imaging camera was carried out. Additionally, anthropometric measurements as well as range of motion of the right upper extremity joints were taken.

Specific protocol of the study made it possible to obtain various parameters concerning right upper extremity movement during undisturbed work of instrumentalists, without distorting their playing technique. This allowed a kinesiological and ergonomic evaluation of professional strains among violinists in whom the movements of upper extremities vary in terms of space and time.

The parameters measured in both groups were compared statistically. The greatest differences can be noted in the comparison of various playing techniques in each tested person. Significant differences in kinematic and anthropometric tests were also observed between the groups of the young and the adult violinists.

Presumably, the biomechanical methodology presented in this research may help in the diagnosis of the most common disorders in string instrumentalists.

Wiktorja Pawelec is a lecturer at the Department of Biomechanics at the Poznań University of Physical Education. In cooperation with the Music Psychology Studio of the Academy of Music in Poznań, she conducts research on the physiological and psychological determinants of musical achievements, the issue of psychomotor overload and the risk of diseases in professional instrumentalists.

She carried out research related to these topics among exceptionally talented young violinists (participants of the 14th, 15th and 16th Wieniawski Competition). She is co-author of a patent application regarding diagnostics in physiotherapy and winner of international awards for this project (2014 Pittsburgh, USA).

She has presented her work at the musicians' health conferences in Osnabruck (2012), in Vienna (2013), in Odense (2015) and at medical and biomechanical conferences.

Research interests:

- biomechanics of loads and overloads of the musculoskeletal system;
- kinematic analysis of human movement;
- health risks in professional instrumentalists;
- diseases and ailments of the musculoskeletal system in professional violinists.



Michael Peschka

Wien (A)

peschka@mdw.ac.at

mdw.ac.at/mrm/iasbs/lehrende/peschka/



Spotlight Poster
Do, 16:30 Uhr

Fine-Tuning the Future: Addressing Physiological and Psychological Needs in Young Orchestral Musicians

Michael Peschka, Mona Smale, Marik Roos, Leonhard Königseder, Christoph Reuter, Birgit Djupedal, Elise Minde Fagerli, Caroline Steinhagen, Stefanie Schrader, Mathias Gran und Matthias Bertsch

The increasing prevalence of physiological and psychological challenges among young orchestral musicians highlights the need for immediate, targeted interventions to promote their well-being. Our research project aims to fill this gap by addressing three key aspects: hearing protection, management of stage fright and physiological coaching. Led by an interdisciplinary consortium including board members of the Austrian Society for Music and Medicine (ÖGfMM), experts, young musicians and conductors, the project is a collaboration between the Norwegian Youth Orchestra, the Hamburg Youth Orchestra and the ÖGfMM. Together, these partners are developing a 10-day summer music camp that will culminate in a classical orchestra concert at the Elbphilharmonie in Hamburg in 2024.

An Erasmus+ partnership (2023-2025) between De Unges Orkesterforbund (UNOF), Landesmusik Hamburg (LMR HH) and Österreichische Gesellschaft für Musik und Medizin (ÖGfMM) for the project "The Future of Youth Orchestras".

This work is supported by the European+ [KA220-YOU - Cooperation partnerships in youth].

Using a mixed methods research design, our project combines qualitative and quantitative data collection strategies. Anonymous surveys and statistical analysis will be used to evaluate the effectiveness of educational programmes and interventions. In addition, qualitative indicators such as written and verbal feedback will be integrated to provide a more nuanced understanding of participants' experiences. The use of digital technologies such as VR, emotion tracking, online video and online questionnaires as other SharePoints will enable modern and seamless collaboration.

Emphasising the importance of preparation for high level performance, coaches will teach specific warm-up exercises and mental strategies to improve performance. A video training programme, tailored for young musicians, will allow participants to learn first-hand and continue to benefit from it as a free resource.

The results of this study will address critical gaps in the existing literature and influence best practice in youth orchestra projects. By focusing on holistic aspects of musicians' needs such as hearing protection, stage fright and physiological coaching effectiveness, the results of the study could have a lasting impact on the career longevity and mental well-being of young artists. The participatory approach, involving orchestra members in decision-making, adds further authenticity to the study and ensures that its findings are directly rooted in the lived experience of young musicians. Importantly, the project aims to be sustainable by providing learning health aspects and open access online video resources.

Bodø | Hamburg





**Marik
Roos**

Wien (A)

marik.roos@univie.ac.at

musikwissenschaft.univie.ac.at/ueber-uns/team/



Spotlight Poster
Do, 16:30 Uhr

Einfluss neurodiverser Kognition sowie musikalischer Erfahrung auf Salienzattribution in Musikwahrnehmung

Marik Roos, Marik Roos, Veronika Weber, Felix Klooss, Dijana Popovic

Der Locus Coeruleus (LC) ist nicht nur für die Produktion von etwa 95% des Noradrenalins (NE) im Gehirn verantwortlich und hat somit einen maßgeblichen Einfluss auf die Funktionen des Sympathikus, sondern er reguliert auch direkt wie indirekt Arousal, Stressreaktionen und sowohl die Lenkung (Selektivität) als auch die Aufrechterhaltung (Intensität) von Aufmerksamkeit. Nicht nur die pathologische Relevanz dieses LC-NE-Systems für neurodiverse Symptomatiken von z. B. Autismus, AD(H)S, Parkinson, Depression, Epilepsie etc. ist bereits gut erforscht, sondern ebenso die Beobachtbarkeit der LC-Aktivität (über IML, PON, EWN und SC) mittels Eye-Tracking. Die Pupillendilatation läuft hierbei simultan mit der gemessenen BOLD-Aktivität im LC.

Marik Roos forscht am Institut für Musikwissenschaft der Universität Wien zur kognitiven Verarbeitung ästhetischer Stimuli.

Seine Spezialgebiete umfassen Forschungsmethoden und Statistik, Testtheorie, Cognitive und Predictive Processing, Populärmusik und die menschliche Stimme.

Gemäß Predictive Processing-Framework liegt die Hypothese nahe, dass für die Attribution von Salienz in Musikwahrnehmung nicht nur die Erfahrung mit Musik im Allgemeinen, sondern ebenso die adäquate Fähigkeit zur Erstellung eines Vorhersagemodells über eine musikalische Situation relevant ist. Personen mit höherem Predictive Processing Impairment sollten basierend auf den Beobachtungen über LC-NE-Aktivität in Verbindung mit prädiktiven Verarbeitungsaufgaben vermehrt tonische Aktivität und wenig sowie kurze phasische Aktivität beim Hören unbekannter Musikstücke zeigen. Äquivalent hierzu sollten auch Personen mit geringerer musikalischer Erfahrung weniger präzise Vorhersagemodelle über unbekannte musikalische Stimuli erstellen und somit vermehrt tonische und andere bzw. weniger und kürzere phasische Aktivität des LC-NE-Systems beobachten lassen.

N=37 Versuchspersonen hörten 4 unbekannte und einen bekannten Song, während ihre Pupillendilatation mittels Eyetracking aufgezeichnet wurde.

Der beschriebene Effekt ließ sich grundlegend beobachten, bis zur Tagung sollen jedoch noch die Daten von mehr Versuchspersonen gesammelt werden, um ein breiteres Spektrum an Predictive Processing Impairment sowie musikalischer Erfahrung untersuchen zu können.



Angelika Schiffer
Wiener Neustadt (A)
therapie@logo-stimme.at
www.logo-stimme.at



Spotlight Poster
Do, 16:30 Uhr

Belastungen und deren Auswirkungen auf die Stimme sowie die Anwendung stimmpräventiver Maßnahmen bei Musicialdarsteller*innen **Angelika Schiffer**

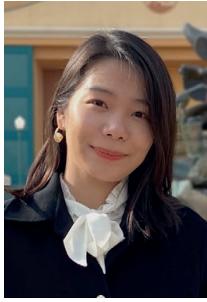
Musicaldarsteller*innen erbringen extreme Leistungen. Sie sind einer enormen stimmlichen, körperlichen und psychischen Belastung ausgesetzt, da Gesang, Tanz und Schauspiel kombiniert werden müssen. Die permanente stimmliche Dauerbelastung und der ständig geforderte Stimmapparat können zu chronischer Überlastung und in der Folge zu funktionellen Stimmstörungen (Dysphonie) oder Störungen der Singstimme (Dysodie) führen. Diese äußern sich unter anderem durch Veränderungen des Stimmklangs wie Behauchtheit, Heiserkeit, Missempfindungen im Hals oder aber auch durch das Nachlassen der stimmlichen Leistungsfähigkeit. Ist die Stimme in ihrer Funktion und Leistungsfähigkeit beeinträchtigt, führt dies auch zur Verschlechterung der Stimmqualität. Deshalb ist es von großer Bedeutung, die Gesundheit der Stimme durch gezielte Maßnahmen zu fördern beziehungsweise zu erhalten.

In der Literatur und in einigen internationalen Studien werden die hohen stimmlichen, physischen, psychischen sowie umgebungsbedingten Anforderungen, die an Musicialdarsteller*innen gestellt und bewältigt werden müssen, aufgezeigt. Allerdings sind die Daten über stimmliche Störungen bei Musicialdarsteller*innen unzureichend und die Grenze zwischen künstlerisch-physiologischer und pathologischer Stimme ist schwer abzuschätzen.

Zur Gesund- und Aufrechterhaltung der Stimme werden unterschiedliche stimmpräventive Maßnahmen von Musicialdarsteller*innen im Berufsalltag angewendet. Jedoch verdeutlichen die Ergebnisse aus dem Fragebogen der Bachelorarbeit II die Notwendigkeit einer verstärkten Wissensübermittlung vor allem zum Thema Stimmprävention in der Musicalausbildung.

Angelika Schiffer ist ausgebildete Musicialdarstellerin sowie Sprecherin für Filmbeiträge.

Neben der Bühnentätigkeit war sie als Schulassistentin in der Sonderschule Mattersburg tätig sowie Bewegungscoach beim ASKÖ Burgenland. Nach dem Bachelorstudium der Logopädie an der Fachhochschule Wiener Neustadt arbeitet sie als angestellte Logopädin in der Praxis LOGO-STIMME in Wiener Neustadt mit dem Schwerpunkt der Betreuung von Stimmlerufen.



**Jiayi
Wang**

London (UK)

jiayi.wang.16@ucl.ac.uk

www.ucl.ac.uk



**Spotlight Poster
Do, 16:30 Uhr**

Exploring the lived experience of flautists' performance-related health and wellbeing Jiayi Wang, Graham F. Welch

The study has investigated the lived experience of flautists, focusing on their experiences and perceptions of performance-related physical discomfort, injury and related mental health challenges that they have encountered in practice and performance. The aims of the research have been to provide flautists with an opportunity to reflect on any physical or psychological performance issues in their own words, and to understand the subjective meaning of these experiences.

A qualitative approach was used for gathering data. All the fieldwork was undertaken during or immediately after the Covid-19 pandemic. Consequently, the participating flautists were deliberately selected using professional networks on the basis of the combined characteristics of their personal backgrounds and their experiences, as well as being able to participate remotely.

There have been two data collection phases. Phase 1 was a specially designed pre-interview questionnaire drawing on themes from appropriate literature. Phase 2 was built on the pre-interview questionnaire responses and was designed as semi-structured interviews, undertaken on Zoom, and included a 'River of Flute-playing Experience' activity during the interview. The 'River of Experience' method is an autobiographical research tool. Participants were asked to write down their experiences and challenges at various key points along their drawing of a meandering river. The combined data analyses drew on thematic analysis.

The eight participants reported a personal history of performance-related health and wellbeing challenges that they had faced at some point in their lives.

The findings reveal that flautists encounter health-related challenges associated with their practice and performances, and the data suggest that they each require (i) an understanding of likely performance-related health challenges and (ii) supportive resources to assist them in managing these challenges. The research also highlights the importance for flute teachers in having practical knowledge of injury prevention in order for such knowledge to be a key component of their teaching.

Jiayi Wang is a PhD candidate at the IOE, UCL's Faculty of Education and Society under the supervision of Professor Graham F. Welch. Her research focuses on exploring the lived experience of performance-related health and wellbeing among flautists. She achieved a BMus music degree at the University of Sheffield and completed an MA degree in music education at the University College London (UCL) Institute of Education.

Jiayi is a flute player. She is a representative for the British Flute Society, representing the Central London and Shanghai areas.

Jiayi has presented at the International Symposium on Performance Science, Trinity Laban Conservatoire of Music and Dance's fourth Postgraduate Research in Music Education Symposium, and the Sempre MET-TMOHE joint conference. Her passions lie in performance science and music education.



**Barbara
Wehofer**

Wiener Neustadt (A)

Barbara.wehofer@hotmail.com



**Spotlight Poster
Do, 16:30 Uhr**

Logopädie bei psychogenen Dysphonien und funktionellen Dysphonien mit möglichen psychischen Komponenten

Barbara Wehofer

Die Stimmfunktion, sowohl der Sprech- als auch der Singstimme, so wie die psychische Beschaffenheit eines jeden Menschen erfahren wechselseitige Einflüsse. Es ist davon auszugehen, dass 90 Prozent aller Stimmstörungen (funktionell oder/und organisch) psychische Komponenten unterschiedlichen Ausmaßes aufweisen, während eine reine psychogene Dysphonie, also eine Stimmstörung ausschließlich verursacht durch ein psychisches Ereignis, seltener auftritt.

Eine daraus resultierende „gestörte Stimmgebung“ ist immer in gewisser Weise mit einer reduzierten Kommunikationsfähigkeit verbunden und kann wiederum mit psychischer Dysbalance einhergehen.

In den beiden Bachelorarbeiten wurden die logopädischen Interventionsmöglichkeiten bei psychogenen Dysphonien untersucht sowie mögliche logopädische Interventionen unter Berücksichtigung von psychischen Komponenten bei funktionellen Dysphonien. Bei der Behandlung von reinen psychogenen Dysphonien ist stimmtherapeutische Intervention mittels spezifischer Stimmübungen und Konzepte durch Logopäd*innen im interdisziplinären Setting in den Bereichen Psychotherapie, Physiotherapie, HNO/Phoniatrie, eventuell Gesangspädagogik und viele mehr empfohlen. Im zweiten Aspekt findet die indirekte und direkte Berücksichtigung von möglichen psychischen Komponenten funktioneller Dysphonien im Rahmen der Stimmtherapie und Gesprächsführung eindeutig Relevanz. Studien dazu existieren nur wenige.

Nach dem Studium der Publizistik und Kommunikationswissenschaft in Wien studierte Barbara Wehofer an der Fachhochschule Wiener Neustadt im Bachelorstudiengang Logopädie. Die Verbindung beider Bereiche ist v.a. in der Arbeit mit Patient*innen von großem Vorteil. Sie bringt Erfahrung aus dem Bereich der Neurologie mit in ihre berufliche Tätigkeit. Auf dem Bereich der Stimme hat sie u.a. Fortbildungen im Estill Voice Training.



**Florian
Worschech**

Hannover (D)

Florian.Worschech@hmtm-hannover.de

www.immm.hmtm-hannover.de



**Spotlight Poster
Do, 16:30 Uhr**

What does it take to play the piano? Cognitive and motoric contributions to learning music-related sequences

Florian Worschech, Edoardo Passarotto, Hannah Losch, Takanori Oku, André Lee, Eckart Altenmüller

Background: Traditionally, the acquisition of skills is believed to go through three stages (Fitts & Posner 1967): from an initial fast learning stage with rapid improvements up to a final stage reaching individual asymptotic performance. Ackerman (1988) predicted the performance of each stage to be determined by a different set of abilities. Playing and learning a musical instrument can be considered a special form of motor sequence learning. Knowing the cognitive and motoric contributions of each stage of learning may be helpful in designing preventive and therapeutic interventions.

Aim: The aim of this project was to lay the foundation for the development of a comprehensive cognitive process theory of music making.

Methods: N=86 healthy older participants underwent an extensive cognitive, motoric and musical test battery. Latent factors representing Processing speed (Coding, Symbol Search, Number Connection Test, Digit Span, Trail-Making-Test), Psychomotor speed (Tapping Speed), Dexterity (Purdue Pegboard) and Working memory (Digit Span, Block Span) were extracted using confirmatory factor analysis. Within one session, first a piano-related and later a piano-independent movement sequence should be learned over 20 trials à 20 seconds. Participants should press the sequence shown on a display as quickly and accurately as possible on either a piano or a response pad. The number of correctly pressed keys was defined as the dependent variable. We tested the hypothesized ability-performance associations in a Bayesian multilevel model framework accounting for individual learning rates.

Results: All cognitive factors were positively associated with performance: better Working memory, Processing speed, Psychomotor speed and Dexterity predicted higher performance in both music-related and music-unrelated motor sequence task. In the course of the learning process, the associations even seemed to increase and approach a plateau.

Conclusion: As transfer necessitates sufficient similarity between the trained and the transfer skill learning the piano but also other music-unrelated motor skills show potential to induce beneficial cognitive and motoric effects. Based on the results, longer interventions that involve learning and performing music repertoire quickly and accurately may be very effective.

Dr. Florian Worschech hat einen PhD in Kognitive Neurowissenschaften und ist nun als Postdoctoral Researcher am Institut für Musikphysiologie und Musikermedizin an der Hochschule für Musik, Theater und Medien Hannover (HMTMH) tätig. Seine Forschungsinteressen umfassen motorisches Lernen, die (Neuro-) Physiologie des Alterns, Bewegungsstörungen und die Erforschung musik- und bewegungsinduzierter Neuroplastizität.

Aktuelle Projekte beinhalten die Nutzung von Musik als "Katalysator" für funktionelle und strukturelle Hirnveränderungen bei älteren Menschen sowie die Erarbeitung einer kognitiven Prozesstheorie des Musizierens.

Seine Ausbildung schließt ein Promotionsstudium im Zentrum für Systemische Neurowissenschaften, einen M.Sc. in "Intelligenz und Bewegung" von der Universität Bielefeld, Studienaufenthalte in Australien und den Niederlanden sowie einen B.A. in "Sporttherapie und Prävention" von der Universität Potsdam ein.

Worschech erhielt den Studienpreis "Musikphysiologie 2018" der Deutschen Gesellschaft für Musikphysiologie und Musikermedizin.



**Kathryn
Woodard**

Wien (A)

sonic.crossroads@gmail.com

www.kathrynwoodard.com



**Workshop
Do, 17:30 Uhr**

Rapid Interventions for Retraining Movement Kathryn Woodard

Recognizing the need to address misuse and habituated tension in one's playing or singing can be extremely stressful, creating mental anguish in addition to the physical constraints and discomfort. The process of retraining movement is understandably a long and arduous journey. However, rapid interventions can be very effective in establishing a way forward and instilling hope in the long-term outcome.

This workshop will present several examples of rapid interventions that can be applied with students and performers of all levels. The presenter draws on her own extensive experience working with students from beginning to professional levels.

One example of such an intervention is to explore one's full stature. Often younger students habituate movement at a particular point in their growth and have to remember that how they sit and experience themselves at the piano (or other instrument) changes as they grow. This is not the only reason for habituated tension in the neck and shoulders, but delving into it can yield rapid results on a number of fronts and might convey to the student the need for further work to grow out of old (or young?) habits. Other examples include: using "half the effort" to perform a specific task or passage in order to ascertain the appropriate effort in playing, and "feeling the floor" as way to bring more whole body awareness to one's playing.

Workshop participants will experience these interventions and others in a series of exercises in order to recognize what changes in one's experience - and how quickly - and how that might apply to students. The presenter will also address the next steps to take based on which interventions were most helpful.

Kathryn Woodard is a pianist, composer and educator. Movement training is a core part of her teaching practice and her ongoing action research in this area has been published in the *British Journal of Music Education*.

She has presented movement workshops at major music schools and conservatories including the London Guildhall School of Music and Dance, the University of Music and Performing Arts Munich, Texas Christian University, and Temple University (Philadelphia).

She holds the *DiplommusiklehrerIn* degree from Munich and the MM, DMA degrees from the University of Cincinnati College-Conservatory of Music.



Roundtable

kurth@mdw.ac.at



Roundtable
Do, 17:15 Uhr

Musiker_innengesundheit im Laufe des Berufslebens

Roundtable, Mihajlo Durdevic, Margarethe Herbert, Hans Hindler, Elisabeth Leonskaja, Petra Liedauer, Lukas Seifried und Coretta Kurth (Moderation)

► Mihajlo Durdevic (*2000): studiert Konzertfach Gitarre an der mdw bei Prof. Alexander Swete. Mehrfacher nationaler und internationaler Preisträger, u.a. gewann er 2023 den 1. Preis beim renommierten Gitarrenwettbewerb in Belgrad. In seinem Studium legte er den Fokus auf mentale Arbeit und körperliche Gesundheit bei Musiker_innen.

► Margarethe Herbert: Diplom Konzertfach Violoncello in Wien. Freiberufliche Konzerttätigkeit im Feld klassischer Musik, Improvisation. Masterstudium Jazzcello und Improvisation an der Anton Bruckner Universität Linz. Seit 2007 Unterrichtstätigkeit an der Musikschule Wien. 2000 Ausbildung zur Musikkinesiologin nach Dr. Sonnenschmidt/Knauss, Kinesiologin nach Dr. med. Dietrich Klinghardt, Psychotherapeutin Fachrichtung „Konzentrierte Bewegungstherapie.“ Seit Juli 23 Arbeit als Psychotherapeutin in Ausbildung unter Supervision im Klinikum Floridsdorf, Frauenberatung FEM und in selbständiger Praxis.

► Johann Hindler: Ab 1973 Klarinettenstudium in Graz, Abschluss Klarinettenstudium an der Hochschule für Musik in Wien mit Auszeichnung. Bei Hilde Langer-Rühl und Johann Leutgeb Studium der Atemtechnik. Seit 1979 Klarinettist im Orchester der Wiener Staatsoper, von 1982 bis 2016 Mitglied der Wiener Philharmoniker. 1995 bis 2017 Professur mit eigener Klasse im Konzertfach Klarinette.

► Elisabeth Leonskaja: Preise bei den internationalen Klavierwettbewerben Enescu, Marguerite Long und Queen Elisabeth schon als Studentin, Zusammenarbeit und Freundschaft mit Swjatoslaw Richter. Ehrenmitglied des Wiener Konzerthauses, 2006 Verleihung Österreichisches Ehrenkreuz für Wissenschaft und Kunst erster Klasse für besondere Verdienste um die Kultur des Landes. Ernennung 2016 zur Priesterin der Kunst in Georgien (höchste Auszeichnung des Landes für einen Künstler). 2020 International Classical Music Award (ICMA) für ihr Lebenswerk.

► Lukas Seifried (*1990): Bachelorabschluss in Musikwissenschaften an der Universität Wien. Konzertfach- und Instrumentalpädagogikstudium Saxophon Klassik an der Universität für Musik und darstellende Kunst Wien mit Auszeichnung. Musikpädagoge und in unterschiedlichen Musikformationen (AUREUM Saxophon Quartett, Wiener Volksmusik, Schrammelharmonika-Spieler vor allem in dem Ensemble vorstadtkollektiv) Musikwissenschaftler am Arnold Schönberg Center Wien.

► Petra Liedauer: Absolventin der mdw, 2021 bis 2023 Akademistin bei den Wiener Philharmonikern, seit 2022 Klarinettistin im Bühnenorchester der Wiener Staatsoper. Unterrichtstätigkeit seit 2020 im OÖ Landesmusikschulwerk, Ausbildung zur Mentaltrainerin.

Musiker_in zu sein bedeutet nicht, dass alle ähnliche Lebensbedingungen haben. Musikgenre, Alter, Geschlecht, aber auch individuelle Prägungen stellen uns vor die unterschiedlichsten Herausforderungen. Coretta Kurth wird sich im Gespräch mit sechs sehr unterschiedlichen Musiker_innen die Frage stellen, welche Aufgaben die Fächer der Musikphysiologie erfüllen können und in welche Richtung sie sich weiterentwickeln sollen.



musikundgesundheit.at



**Festakt
Do, 18:30 Uhr**

Fünzig Jahre 'Musikphysiologie an der mdw'

Rückblick und Ausblick über den Fachbereich
Musiker_innengesundheit / Musikphysiologie und die Bedeutung von
Kunst und Gesundheit an der mdw.

* Mag.a Ulrike Sych
Sängerin, Gesangspädagogin und
Rektorin der mdw

* Mag.a Gerda Müller
Vizerektorin und Leiterin der Steuerungsgruppe
'Kunst und Gesundheit' an der mdw

* Coretta Kurth
Jazzsängerin, Senior Lecturer und seit 2023
Abteilungsleiterin der Abteilung Musikphysiologie

Auf Seite 132 des Tagungsbandes finden Sie einen interessanten
Bericht "Zur Entwicklung der Abteilung Musikphysiologie an der mdw"
von Sabine Skopal, Bernhard Riebl & Coretta Kurth



Jaume Rosset-Llobet
Terrassa (ES)
jaume.rosset@gmail.com
www.institutart.com/en/equip-medic



Keynote
Fr, 9:00 Uhr

Usefulness of Differential Learning on musician's health and performance

Jaume Rosset-Llobet

Differential Learning is a way of approaching the process of improving a skill based on the Complex Systems theory. It was originally intended to improve the performance of high-level athletes who had difficulties continuing to progress. Several researches showed that these athletes had a very well-established motor behaviour (as it happens in a high-level athlete) but with less complexity and more rigidity (with less ability to adapt to changes).

In addition, in general, in the phases in which an athlete is improving his performance, fluctuations are observed and the complexity of the motor response increases. This is why it was thought that destabilizing the system by means of introducing intrusive variations that increase motor fluctuations could solve this situation. Several studies showed this to be effective in runners, basketball players, badminton players, football players and many more.

Given that we know that the musical practice itself, injuries, stress when playing and aging are factors that contribute to system rigidity, Differential Learning has been incorporated into the recovery process for injuries in musicians with very good results. The musician is asked to incorporate intrusive variations into his work routine with the instrument. This has been also useful for injury prevention and performance improvement in musicians.

We will explain the rationale of this approach and how it is applied to musicians.

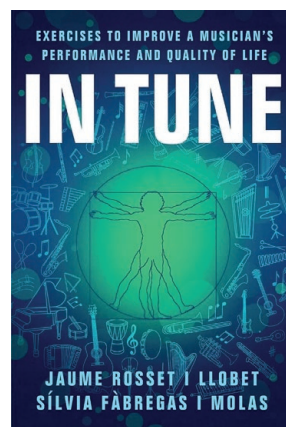
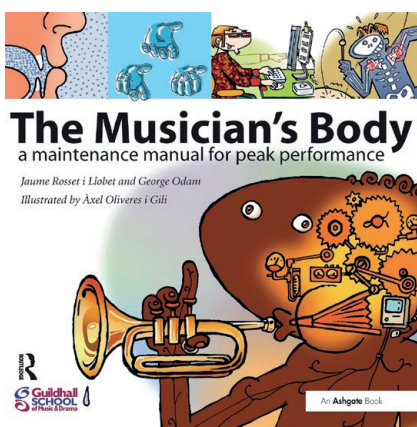
Medicine and Surgery Graduate by the Autonomous University of Barcelona. Medicine and Surgery PhD. Physical Education and Sport Medicine Expert. Orthopedic Surgery and Traumatology Expert. Science Communication Postgraduate.

Founder and Director of Institut de Fisiologia i Medicina de l'Art - Terrassa (Barcelona). Author of several scientific publications and books about performing arts medicine.

Institut de Fisiologia i Medicina de l'Art : www.institutart.com

Fundació Ciència i Art : www.fcart.org

Rosset, J. & Odam, G. (2017). *The Musician's Body: A Maintenance Manual for Peak Performance*. Routledge.
Rosset, J. & Fàbregas, S. (2023). *In Tune. Exercises to Improve a Musician's Performance and Quality of Life*. Silver Bells Music.
Rosset, J. & Fàbregas, S. (2010). *Musician's Dystonia. A Practical Manual to Understand and Take Care of the Disorder that Affects the Ability to Play Music*. Panamir.





**Hedi
Milek**

Wien (A)

hedi.milek@musicmagic.at

www.musicmagic.at



**Workshop
Fr, 9:15 Uhr**

Den wilden "Affengeist" beruhigen: Mit kurzen, schnell wirksamen Übungen Präsenz beim Üben und auf der Bühne gewinnen

Hedi Milek

In Rahmen meiner langjährigen Begleitung von Studierenden und Musiker_innen stand oft der Wunsch nach mehr Konzentration beim Üben und auf der Bühne im Vordergrund. So wie wir nicht „nicht“ kommunizieren können, können wir „nicht“ nicht denken. Ein Großteil unserer Gedanken läuft nicht planvoll und zielgerichtet ab, vielmehr sind sie ungeordnet und wiederholen sich ständig. Sie kreisen um noch nicht gelöste oder noch gar nicht bestehende Probleme.

Der Begriff Monkey Mind oder Affengeist beschreibt die stetige Unruhe unserer Gedanken, die wie wilde Affen in unserem Kopf herumspringen und oft durch Perfektionismus, Überforderung oder Selbstkritik angetrieben werden. Wir sprechen dann mit uns selbst und instruieren uns, was wir tun und lassen sollen. Gedanken wie: „Wird der hohe Ton gelingen? Was wird Person XY sagen? Meine Finger zu langsam! Das schaffe ich nie!“ sind demotivierend und rauben viel Energie. Deshalb ist es hilfreich, uns das Denken bewusst zu machen, es zu kontrollieren und einschränkende Gedanken zu reduzieren.

Ich habe meine Gedanken, und ich bin nicht meine Gedanken!

Mit kurzen Körperübungen und einfachen Techniken aus der Psychonetik können wir den Kopf "auslüften" und Gedankenkontrolle im Hier und Jetzt gewinnen. Damit entsteht eine Grundstimmung der inneren Ruhe und angenehmen Gefühle, um beim Musizieren frei zu sein.

Hedi Milek

Studium Instrumentalpädagogik (Klavier)
an der Hochschule für Musik und
darstellende Kunst in Wien (1979).

Weitere Ausbildungen: Suggestopädin bei
Pearl Nitsche (1998), Mentaltrainerin nach
dem Orloff-System (1999), nlp-Resonanz®
Practitioner/ Kinder und- Jugendcoach bei
Dr. Gundl Kutschera (2003),
Bewegungspädagogin und Lehrtrainerin
der Franklin-Methode® (2005),
„Musikphysiologie im künstlerischen Alltag
“ an der Universität der Künste Berlin
(2011)

Ausgewählte Fortbildungen:

„Körpersprache und nonverbale
Kommunikation“ bei Maria Thanhoffer,
„Theatertraining für Instrumentalisten“ bei
Andrea Haupt, „Biofeedback- und Dipl.
PcE-Trainer“ / „LimbiClean-Prozess“/
„Kopftraining zum Erfolg“ bei Dr. Gerhard
Eggetsberger.

Berufspraxis: Klavierunterricht seit 1981
bis heute. Auftritts- und Mentalcoaching
für Berufsmusiker_innen wie für
Studierende mit Schwerpunkt
Vorbereitung auf Probespiele und
Wettbewerbe. Referentin für
Weiterbildungen in den Musikschulwerken
mit den Schwerpunkten „Effiziente
Übemethoden“, „Instrumentales
Bewegungslernen mit der Franklin-
Methode®“, „Lampenfieber bei
Schüler_innen“, „Imagination und Lernen“,
„Die Hand- Geniestreich der Evolution“.
Referentin in Projekten wie „Musik und
Muskeln“ und „Musik bewegt uns“ an der
Universität für Musik und darstellende
Kunst Wien. Dozentin im „Universitären
Zertifizierungslehrgang Musikphysiologie
“ an der mdw seit 2017.



**E. Sebastian
Debus**

Hamburg (D)

h.hidalgo@uke.de

www.uke.de



**Vortrag
Fr, 9:30 Uhr**

Auswirkung von Musik in der operativen Medizin auf die psychologischen und physiologischen Zustände von Patient_innen und medizinischem Personal. E. Sebastian Debus, Madeleine Sindarova, Reinhart Grundmann

Musik beeinflusst die Stimmungslage in Operationssälen, sowohl bei medizinischem Personal als auch bei Patient_innen. Studien zeigen, dass Musikarten und -lautstärken die Leistung von Chirurg_innen beeinflussen, z.B. führten Student_innen laparoskopische Eingriffe unter Softrock präziser durch, arbeiteten jedoch schneller bei Hardrock. Seit 2000 gibt es in PubMed ca. 2439 Veröffentlichungen zum Thema „Music and Surgery“, welche die Grundlage für eine systematische Literaturrecherche bilden.

Ziel ist es, die psychologischen und physiologischen Auswirkungen verschiedener Musikarten während Operationen auf Patient_innen und medizinisches Personal zu analysieren, von der Patient_innenaufklärung bis zum Krankenbett.

Die Hypothese lautet, dass Musik den Zustand der Patient_innen durch Verringerung von Ängsten, Schmerzen und Beschwerden positiv beeinflusst und möglicherweise die postoperative Komplikationsrate senkt. Zudem soll untersucht werden, ob Musik Stress und Unsicherheit bei medizinischem Personal reduziert und deren Arbeitseffektivität erhöht. Geplant ist, die Ergebnisse in Bezug auf Patient_innen-Outcome und Einfluss auf Operationsabläufe detailliert darzustellen und auf Basis dieser Analyse ein Studienprotokoll zu entwerfen. Dabei soll das Patient_innen-Outcome bei gefäßchirurgischen Eingriffen mit und ohne Musik verglichen werden, einschließlich Komplikationsraten und Krankenhausaufenthaltsdauer.

Die Überprüfung der Hypothese erfolgt durch eine systematische Literaturrecherche in PubMed nach PRISMA-Methoden unter Einbeziehung von Schlagwörtern wie Angst, Schmerzwahrnehmung, Stressreduktion, postoperative Ergebnisse und chirurgische Leistung.

Wenn möglich, sollen in einer Metaanalyse die wesentlichen Einflussfaktoren gewichtet werden.

Erwartete Ergebnisse könnten zeigen, dass unterschiedliche Musikarten einen variablen Einfluss auf Patient_innen und medizinisches Personal haben. Klassische Musik könnte beispielsweise psychische Belastung und Schmerzen bei Patient_innen reduzieren, während rhythmische Musik wie Hard Rock bei Patient_innen negativ und bei Chirurg_innen möglicherweise positiv wirken könnte. Die Präferenzen der verschiedenen Zielgruppen werden ebenfalls untersucht.

Univ.-Prof. Dr. E. Sebastian Debus, geboren am 16. Mai 1962 in Marburg, ist ein führender deutscher Chirurg und Hochschullehrer. Er absolvierte sein Medizinstudium an der Christian-Albrechts-Universität zu Kiel und der Mayo Clinic, gefolgt von einem praktischen Jahr am Universitätsspital Zürich. Nach seiner Promotion 1989 war Debus in verschiedenen chirurgischen Bereichen tätig und habilitierte sich 1999.

Seit 2009 ist er Klinikdirektor am Universitären Herz- und Gefäßzentrum Hamburg und leitet dort die Klinik und Poliklinik für Gefäßmedizin, spezialisiert auf Gefäßchirurgie, Angiologie und endovaskuläre Therapie.

Debus ist Chairman des Program Committees der European Society for Vascular Surgery und Deputy President Elect dieser Gesellschaft.

Neben seiner medizinischen Karriere studierte Debus Kontrabass und Klavier und ist musikalisch aktiv im Debus-Trio und im Quartetto Vasculare.



**Furugh
Karimi-Djafar-Zadeh**

Wien (A)

furughkarimidz@gmail.com

www.furughkarimi.com



**Vortrag
Fr, 9:45 Uhr**

Sicherer Auftritt durch stressfreies Spielen: Bewegungsübungen beim Musizieren für Gehirn und Körper **Furugh Karimi-Djafar-Zadeh**

Vergessen Sie althergebrachte Ansichten über eine Übungsdauer von bis zu acht Stunden pro Tag und machen Sie sich mit einer neuen Art und Methodik vertraut, die in kürzerer Zeit zu einem besseren Lernerfolg führt.

Hauptanliegen der Musik-Kinesiologie ist, die Verbindung zwischen Musik, Emotion und Individuum wiederherzustellen - d. h. ganzheitlich fähig zu sein, Musik zu übertragen. Die ganzheitliche Betrachtung beim Erlernen von Musik eröffnet den Musiker_innen ein neues Feld, Musik zu genießen, die kraftvolle Wirkung der Musik zu nutzen und sich stressfrei auf der Bühne zu präsentieren.

Ziel ist, sowohl durch Körperarbeit und Koordinationsübungen mit Freude und Motivation zu üben als auch technisch schwierige Stellen durch mentales Üben besser zu bewältigen. Eine erfolgreiche Musikerin, ein erfolgreicher Musiker brauchen Körper und Geist im Einklang.

Mit über 30 Jahren Unterrichts-Erfahrung hat Furugh Karimi-Djafar-Zadeh viele außergewöhnliche Momente durch die Anwendung von Brain Gym, Edu-Kinestetik und MK Lernmethoden erlebt. Diese Erfahrungen, zusammen mit Fragen von Studierenden in der Praxis, haben sie dazu inspiriert, einen neuen Zugang zu den Lernmethoden zu entwickeln und mit ihren Büchern zu publizieren.

Diese Übungen geben Hinweise darauf, welche der beiden Gehirnhälften zum Beispiel während einer Vorspielsituation Stress verursachen und mental blockiert.

Mit Hilfe der Übungen werden die drei essentiellen Dimensionen, die für das Musizieren von Bedeutung sind, in der Musik-Kinesiologie kurz 3-D genannt, gefördert: rhythmische, metrische und musikalische. Wenn mit 3-D Bewegungen musiziert wird, bleibt der Körper fit und das Gehirn lernt schneller.

- Die Musik bis in die letzte Körperzelle hinein spüren
 - Bessere Vernetzung der Gehirnhälften
 - Förderung der motorischen Koordination
 - Verbesserung der Konzentration und Ausdauer
 - Stärkung der Sinnes- und Körperwahrnehmung und des vestibulären Systems durch das harmonische Überkreuzen
- Lernen, Üben und Spielen mit Lust und Leichtigkeit, dank Bewegungsübungen für das Gehirn.

Furugh Karimi, Flötistin, Sängerin und Autorin aus Teheran, hat ihre musikalische Ausbildung mit Auszeichnung am Konservatorium in Teheran und an der Musik und darstellende Kunst Wien (mdw) unter der Leitung von Prof.in Barbara Gislser absolviert. Ergänzend absolvierte sie eine Zusatzausbildung in "Atem/Stimme/Bewegung" nach Hilde Langer-Rühl und wurde zum Musik-Kinesiologie-Practitioner ausgebildet.

Karimi, Preisträgerin der Wanas-Stiftung der Wiener Philharmoniker und Gewinnerin des 1. Preises beim Internationalen Wiener Musikseminar, leitet seit 2004 Fortbildungsseminare weltweit. Als Supervisorin und Coach unterstützt sie insbesondere Jugendliche, die unter Leistungsdruck stehen.

Ihre Habilitation erhielt sie mit 41 Jahren und war von 1991 bis 2020 als Professorin für Flöte, Lehrpraxis und Musik-Kinesiologie an der mdw tätig, wo sie eine Vorreiterrolle in der ganzheitlichen Flötenpädagogik und der Anwendung kinesiologischer Methoden in der Musikvermittlung spielte.

Ihre Publikationen umfassen unter anderem "Papageno Flötenschule 1" und "Musik Gym".



**Gerard
Breaden Madden**

Dresden (D)

gerard.madden@hfmdd.de

www.hfmdd.de/en/college/institutes-facilities/institute-of-musicians-medicine



**Vortrag
Fr, 9:45 Uhr**

Personality traits and goal orientation predict selective emotion regulation in musical practice

Gerard Breaden Madden, Steffen A. Herff, Scott Beveridge, Hans-Christian Jabusch

Background: Emotion regulation is an important part of goal pursuit and performance enhancement in practise-based tasks such as making music. Musicians may desire emotions that promote the attainment of practice-related goals. The specific emotions they target may depend upon their personality traits and goal orientation.

Aims: To investigate whether the emotions desired by musicians whilst practising were contingent upon their personality traits and the extent of their mastery goal orientation (desiring expert musical and instrumental skills).

Method: 421 musicians completed an online questionnaire which included a personality measure, questions concerning their mastery practice goals, and an emotion scale to assess how strongly they desired different emotions during their practice. Data were analysed using Bayesian Mixed Effects models.

Results: Overall, musicians preferred to intensify pleasant over unpleasant emotions (paired $t(420) = 58.13, p < .001$) whilst practising. Bayesian Mixed Effects models indicated a range of trait-dependent emotion effects. For example, increasing Extraversion scores predicted greater desire to intensify Anger (Est = .05, SE = .03, Odds(Est>0) = 43.03) but not pleasant emotions. Conversely, increasing Agreeableness scores predicted greater desire to intensify pleasant but not unpleasant emotions. Mastery goal orientation modulated these trait-emotions relationships in several ways – some effects were amplified or reversed, and some entirely new effects were introduced.

Conclusions: Findings suggest a general hedonic principle underlying the emotions that musicians desire in their practice. However, musicians may sometimes also desire to intensify unpleasant emotions. These findings align with prior research suggesting that some musicians, particularly those focused on mastery, may desire an emotional state which combines both pleasant and unpleasant emotions together. This study contributes to our understanding of individual differences in emotion regulation abilities and mastery-related emotion states. Research in this area may contribute to the design of personalised strategies for musical practice.

Gerard Breaden Madden, Scott Beveridge, Hans-Christian Jabusch (Institute of Musicians' Medicine (IMM), University of Music Carl Maria von Weber Dresden) & Steffen A. Herff, MARCS Institute for Brain, Behaviour and Development, Western Sydney University, Sydney, Australia

Gerard Breaden Madden studied psychology at Queen's University Belfast, Northern Ireland, UK, with a visiting scholarship to Virginia Tech University, USA. He completed his PhD in 2016, focusing on the psychology of musical preferences. During his studies, he was involved in teaching and research in Queen's University Belfast, covering statistics, criminal psychology, and performance enhancement in sport. Between 2016-2018, he coordinated sports science and medicine education for the sport of fencing in Northern Ireland.

Since 2018, he has been a research associate at the Institute of Musicians' Medicine (IMM), University of Music Carl Maria von Weber Dresden, Germany. His research topics at the IMM include kinematics in drummers, playing-related respiratory symptoms in wind instrumentalists, and emotion regulation in musical practice.



**Erika
Uggowitzer**

Graz (A)

erika.uggowitzer@gmx.at

www.erikauggowitzer.com



**Workshop
Fr, 9:45 Uhr**

Händigkeitsparcour - Körpererfahrungen zum Thema Händigkeit **Erika Uggowitzer**

Händigkeit ist angeboren. Sie entsteht in den cortikalen Netzwerken, die für die motorische Steuerung unserer Arme und Hände verantwortlich sind.

Eine Umschulung der Schreibhand ist ein massiver Eingriff in die Abläufe im Gehirn - es kommt dadurch zu einer Überbelastung des gesamten Gehirns und gilt als Körperverletzung.

Wie das Schreiben ist auch das Musizieren eine höchst komplexe Tätigkeit, für die die Koordination unterschiedlichster Gehirnareale nötig ist. Abgesehen von Bewegung geht es um Erfassung, Sensorik, Kreativität, Gefühl, uvm.

Es macht einen großen Unterschied, ob man ein Musikinstrument rechts- oder linksherum hält und bedient. So wie vieles im Alltag (Werkzeug, Geräte, Spielsachen,...) sind auch Instrumente für Rechtshändige konzipiert. Linksdominante sind gezwungen, flexibel zu sein. Rechtshänder_innen fehlt oft das Verständnis oder auch die Vorstellungskraft, wie es sich anfühlt, wenn Dinge nicht zur eigenen Händigkeit passen.

Der Workshop soll die Möglichkeit bieten, Unterschiede zwischen links und rechts zu erspüren und so das Verständnis und die Akzeptanz für die Lateralitätsunterschiede anstoßen.

So fühlt sich zum Beispiel ein Streicherbogen völlig anders an, wenn er in der linken oder in der rechten Hand gehalten wird, eine Erfahrung, die besonders bei Nicht-Streichern Eindruck hinterlässt.

Das Ausprobieren von Instrumenten gibt ein Gefühl für die unterschiedliche Körperausrichtung und -balance. Was fühlt sich selbstverständlich an, was unnatürlich? Weiters können durch Geschicklichkeits- und Repetierübungen Differenzen zwischen rechts und links sichtbar gemacht werden.

Alltagsgegenstände sollen die Problematik im täglichen Leben verdeutlichen und auf die Wichtigkeit der Gleichbehandlung von Linkshänder_innen aufmerksam machen.

Gegen die eigene Händigkeit leben und agieren zu müssen bedeutet körperlichen und mentalen Stress.

Pädagogische Anregungen für den Umgang mit Anfänger_innen am Links-Instrument ergänzen die Selbsterfahrungen.

Studium an der Kunstuniversität Graz (Konzertfach und Instrumentalpädagogik Querflöte), Diplomarbeit „Aspekte des Körperbewusstseins bei Flötisten“ (Beschäftigung mit Logopädie im Bezug auf ihre Relevanz für Bläser_innen).

Leiterin einer Ausbildungsklasse für Querflöte an der Ulrich-von-Liechtenstein-Musik- und Kunstschule Judenburg.

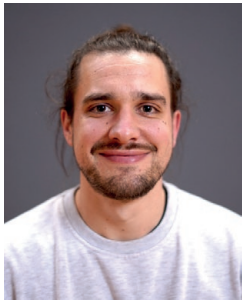
Intensive Auseinandersetzung mit Körper- und Atemtechniken, Atem-Coach.

Autorin des für Linksspielende angepassten Unterrichtswerkes querflötenmusik Band 1 und 2 nach der GANZ in der Musik®-Methode zur ganzheitlichen Musikvermittlung

Ausbildung zur Ganzheitlichen Händigkeitsberaterin

Referentin im Rahmen der Fortbildungsveranstaltungen für Instrumentalpädagog_innen in verschiedenen Bundesländern

Musikalisch in den unterschiedlichsten Genres tätig



**Jesper
Hohagen**

Freiburg (D)

jesper.hohagen@uniklinik-freiburg.de
uniklinik-freiburg.de



**Vortrag
Fr, 10:00 Uhr**

„Ich achte mehr darauf, keine Fehler zu spielen“ – Routinen, Ziele und Aufmerksamkeitsfokussierungen von Musikstudierenden in verschiedenen Übe-Phasen **Jesper Hohagen, Anna Immerz, Manfred Nusseck, Claudia Spahn**

Viele experimentelle Studien aus der Bewegungswissenschaft zeigen, dass bei einem Vergleich mit einem adaptierten internen Fokus („fokussiere dich selbst oder die Ausführung deiner Bewegung“) vor dem Lösen einer Bewegungsaufgabe ein externer Aufmerksamkeitsfokus („fokussiere das Aufgabenziel oder den Bewegungseffekt“) Prozesse des motorischen Lernens verbessert. Ergebnisse aus der experimentellen Musikforschung weisen jedoch nicht auf eine eindeutige Überlegenheit der Wirkung externer Aufmerksamkeitsfoki auf die musikalische Leistung hin. In einer systematischen Übersichtsarbeit konnten wir zeigen, dass die eingesetzten Anweisungen in Studien aus der Musikforschung über das dichotome Paradigma aus dem Sport (intern vs. extern) weit hinausgehen und auf viele andere Aspekte musikalischer Performances referieren (Klang, Expressivität, Instrumente, Vorstellungskraft, Kommunikation, Technik etc.).

Auf Basis dieser Ergebnisse vertreten wir den Ansatz, dass weitere modifizierte Replikationsstudien aus der Musikforschung, deren Designs auf einem Paradigma zum motorischen Lernen fundieren, nicht zum Erkenntnisgewinn hinsichtlich musikalischer Effekte beitragen. Vielmehr scheint ein explorativ-induktiver Forschungsansatz sinnvoll zu sein, in dessen Rahmen valide qualitative Daten zu Routinen, Zielen, Aufmerksamkeitsfokussierungen von Musikstudierenden in verschiedenen Übe-Phasen erfasst werden.

Wir führen zurzeit eine breit angelegte, explorative Online-Befragung (N=100) durch, die sich an Musikhochschulstudierende und -Lehrende richtet. Der Fragebogen enthält offene Fragen, deren Antworten anhand einer Inhaltsanalyse mit induktiver Kategorienbildung ausgewertet werden. Die Teilnehmer*innen werden nach Routinen, Zielen, Aufmerksamkeitsrichtungen und der Relevanz von Gesundheitsthemen in verschiedenen Übe-Phasen zur Vorbereitung auf eine wichtige Prüfungsleistung gefragt.

Erste Berichte zum Aufmerksamkeitsfokus von Musikstudierenden zeigen eine hohe Vielfalt und Individualität – insbesondere in den letzten zwei Wochen vor der Prüfung: „[...] genug Kraft zu haben, um durch das Stück zu kommen“ (Metaphorischer Fokus); „Konzentration auf die Körperentspannung“ (Körperlicher Fokus); „Aufmerksamkeit auf musikalische Gestaltung“ (Klangfokus).

Ein entscheidender Grund für die Inkonsistenz der Ergebnisse in der Musikforschung ist u. a. das Fehlen eines theoriegeleiteten musikspezifischen Modells zur Aufmerksamkeitsfokussierung. Erkenntnisse dieser Studie tragen zur Entwicklung eines solchen Modells bei.

Dr. Jesper Hohagen studied Musicology and German Studies at University of Bremen (BA) and at the University of Cologne in Germany (MA). During his Masters he did a four month research visit at the Emotion and Wellbeing Unit at Monash University in Melbourne, Australia, working in a neuropsychological project investigating the relation of musical change and brain activity. He did his PhD at the Institute for Systematic Musicology at the University of Hamburg on "Multimodal Perception of Musical Gestures" and movement sonification.

After his work as a post-doc in the early education research field at the Center for Childhood and Adolescence Research, he currently holds a post-doc position at the Freiburg Institute for Musicians' Medicine at the University of Music Freiburg and the Medical Center, University of Freiburg.

Jespers main research topics are music, health and wellbeing, movement analysis of musical gestures, sonification and attentional focus in musical learning and music performances.



**Anupa
Paul**

Chennai, Tamil Nadu (India)

ap.voxbox@gmail.com



**Vortrag
Fr, 10:00 Uhr**

Acceptance and Commitment Coaching for Music Performance Anxiety in Adolescent Singers

Anupa Paul

MPA, a subclass of social anxiety, has been seen to affect singers of all levels. Most of the anxiety disorders, particularly social anxiety, seem to develop either during childhood or adolescence. When adolescent singers are unable to cope with anxiety symptoms there is a possibility that they might quit singing altogether.

However, adolescence also appears to be an opportune time to instil healthy behaviours in singing students as they are more likely to remember these coping strategies, owing to the release of dopamine and the 'reminiscence bump'. Acceptance and Commitment Coaching (ACC) has been seen to deliver promising results in other performance-related settings and has scarcely been used in music performance.

Aim:

To discover if ACC can simultaneously reduce MPA and improve performance quality in adolescent singers.

Method:

Extensive literature reviews were conducted on MPA and the effects of puberty and voice change on adolescent singers. Self-assessment questionnaires and semi-structured interviews were used to collect data before and after coaching sessions. Qualitative data was analysed using thematic analysis with the literature review using an approach of hermeneutic phenomenology.

Results:

There is evidence of an increase in psychological flexibility in the participants, as well as the ability to de-fuse from MPA-related thoughts and accept MPA symptoms. This study marks the first investigation into the effectiveness of using ACC as an intervention for MPA in adolescent singers by a singing teacher.

Anupa Paul is a voice coach, singing performance coach and choral trainer based in Germany. She completed her M. A. in Voice Pedagogy with a distinction from the University of Wales Trinity St. David and Voice Study Center, UK, in 2022. During that time, she undertook this research project. Her fields of interest include Music Performance Anxiety in singers, using Acceptance and Commitment Coaching for adolescent singers and enhancing flow and peak performance in singers of all levels.

She serves as a board member of the National Association of Teachers of Singing India Chapter and is a member of the NATS International Advisory Committee.



**Thomas
Hirt**

Wien (A)

info@thomas-hirt.at



**Workshop
Fr, 10:15 Uhr**

Ich bin mein Instrument! **Thomas Hirt, Christian Steineder**

Musik ist das Zusammenspiel von körperlichen, mentalen und emotionalen Aspekten, welche untrennbar miteinander verwoben sind und hörbar werden. Das Instrument sind dabei wir selbst mit unserem ganzen Sein. Der Alltag besteht neben dem Musizieren aus zahlreichen anderen Aktivitäten, die ebenso mit uns und so unweigerlich mit dem Musizieren verbunden sind.

Die F.M. Alexander-Technik spricht mit ihren Prinzipien das Verständnis und die Verwendung psychischer wie physiologischer Mechanismen an, welche unseren ganzheitlichen Umgang mit uns und unserer Umwelt prägen. Die F.M. Alexander Technik betrachtet den Menschen selbst wie ein Instrument, das eine gute Ausrichtung, Koordination und Balance benötigt, um bestmöglich zu funktionieren. Andererseits ist der Mensch das Hauptwerkzeug für die Gestaltung von Musik.

Zentraler Punkt des Workshops ist, die Lupe auf diese Verbindung zwischen dem Selbst im Alltag und dem musizierenden Selbst zu richten. Ausgangspunkt sind einfache Bewegungsabläufe wie z.B. Aufstehen, Hinsetzen, Stehen, Sitzen, Gehen, Liegen... So werden unbewusste Gewohnheiten erfahrbar gemacht und ihre Auswirkungen auf das Musizieren klarer.

Ziel ist es, einen Einblick zu geben, wie die F.M. Alexander Technik dabei unterstützt, den Zusammenhang zwischen der eigenen Gewohnheit und dem musikalischen Ausdruck zu verstehen und an und mit diesem zu arbeiten.

Thomas Hirt: Die Alexander-Technik begleitet mich schon seit mehr als einem Jahrzehnt. Im Juli 2015 habe ich die dreijährige Ausbildung zum Lehrer der Alexander-Technik am Wiener Ausbildungszentrum für Alexander-Technik, einer von ATAS autorisierten Schule, abgeschlossen. Seitdem unterrichte ich die Methode in Wien und biete Einzelstunden sowie Einführungs- & Vertiefungsworkshops für Gruppen an. Durch die Arbeit mit Musiker_innen und durch meine eigene Erfahrung am Klavier (Jazz), sind mir die Herausforderungen, denen Musiker_innen begegnen, geläufig.

Christian Steineder: Vordergründig gesundheitliche Probleme aufgrund unvorteilhafter Übe-Gewohnheiten (Gitarre) brachten mich vor etwa zwei Jahrzehnten zur Alexander-Technik, zunächst als Schüler. Im Juli 2015 schloss ich die dreijährige Ausbildung zum Lehrer der Alexander-Technik am international etablierten Wiener Ausbildungszentrum für Alexander-Technik ab und praktiziere seitdem kontinuierlich. Aufgrund meiner eigenen Biographie identifiziere ich mich besonders mit den Anliegen von Musikschaffenden.



Christian Steineder



**Bettina
Zeidler**

Graz (A)

bettina.zeidler@edu.uni-graz.at

psychologie.uni-graz.at



**Vortrag
Fr, 10:15 Uhr**

Auditiv-musikalische Wahrnehmungsprofile von Kindern mit Autismus-Spektrum-Störung und therapeutische Implikationen

Bettina Zeidler, Richard Parncutt, Peter Schneider, Annemarie Seither-Preisler

Autismus-Spektrum-Störung (ASS) zählt zu den häufigsten kindlichen Entwicklungsauffälligkeiten. Kernmerkmale sind Auffälligkeiten in der Sprachentwicklung und sozialen Interaktion, was der Hörwahrnehmung einen besonderen Stellenwert verleiht. Bisherige Studien weisen auf eine verbesserte Tonhöhenwahrnehmung und Schwierigkeiten in der auditiven Zeitwahrnehmung hin. Zudem zeigen Autist_innen bei der Wahrnehmung vokaler Stimuli geringere Defizite, wenn diese in einen musikalischen Kontext eingebettet sind.

Die vorliegende Studie hat das Ziel, die musikalisch- klanglichen Aspekte der Hörwahrnehmung von Autist_innen umfassend zu untersuchen und darauf aufbauend neue Förderansätze zu entwickeln.

Untersucht wurden 57 Teilnehmer_innen im Alter von sieben bis 15 Jahren, davon 27 mit diagnostizierter ASS (6 Mädchen, 21 Jungen) und 30 ohne Entwicklungsauffälligkeiten (16 Mädchen, 14 Jungen). Alle Untersuchungspersonen absolvierten folgende Tests: (1) Audiometrie für Luft- und Knochenleitung (Schneider P. et al., 2022); (2) KLAWA Tonbeginn-Schwellentest (Schneider, R., 2015); (3) Lautunterscheidungstest (Minning, 2010); (4) Oberton-/Grundtontest (Schneider, P. et al., 2005); (5) Arbeitsgedächtnistest Zahlennachsprechen (Titze & Tewes, 1994).

Die Ergebnisse zeigen, dass die ASS-Gruppe im Vergleich zur Kontrollgruppe beidseitig erhöhte Luftleitungs-Hörschwellen aufwies. Auch die Unterschiedsschwellen für die Dauer des Tonbeginns waren signifikant höher ($p=0.041$, $U=277.0$). Zudem zeigten Autist_innen bezüglich Lautdifferenzierung ($p=0.034$, $U=262.0$) und auditiver Merkfähigkeit (Nachsprechen von Zahlenketten in umgekehrter Reihenfolge; $p=0.031$, $U=274.0$) geringere Leistungen. Ferner war ein größerer Gruppenanteil der Autist_innen obertonhörend (68%) als in der Kontrollgruppe (53%).

Die unterdurchschnittlichen Ergebnisse in den o.g. Hörtests könnten in direktem Zusammenhang mit für ASS charakteristischen kommunikativen Schwierigkeiten stehen, wobei auch Besonderheiten in der Lateralisierung beider Gehirnhälften eine Rolle spielen dürften. So scheinen Autist_innen verstärkt die rechte Hemisphäre zu aktivieren (Haesen et. al., 2011), was Defizite insbesondere bei zeitbezogenen auditiven Aufgaben und den erhöhten Anteil an Obertonhörer_innen erklären könnte (Schneider, P., et al., 2005). Da bisherige Untersuchungen positive Effekte von musik- und hörtherapeutischen Interventionen insbesondere auf Sprachkompetenzen von Autist_innen aufzeigen, soll in weiterer Folge das Potenzial der Ergebnisse für neue Therapiekonzepte ausgelotet werden.

Als Systematische Musikologin und langjähriges Mitglied der AG Musik und Gehirn wirkt Frau Bettina Zeidler bereits seit einiger Zeit an musikpsychologischen und neuromusikologischen Projekten mit. Der Schwerpunkt dieser sind die Hörwahrnehmung und -verarbeitung von Kindern mit Lern- und Entwicklungsauffälligkeiten.

Auch in ihrem aktuellen Dissertationsprojekt am Institut für Psychologie der Karl-Franzens-Universität Graz geht sie diesem genannten Schwerpunkt nach und untersucht umfassend die musikalisch-klanglichen Aspekte der Hörwahrnehmung von Kindern mit Autismus- Spektrum-Störung mit dem Ziel darauf aufbauend neue Förderansätze für Betroffene zu entwickeln.



**Jenna
Brown**

Bristol (UK)

hello@jennabrownmezzo.co.uk

bristolvoicecare.co.uk



**Vortrag
Fr, 10:15 Uhr**

The Use of Imagery to Support Singing Voice Rehabilitation: A Theoretical Exploration of Clean Language Coaching **Jenna Brown**

When caring for professional singers, multidisciplinary teams represent the gold standard in musicians' healthcare. Best practice calls for these teams to comprise clinicians, therapists and vocal coaches. However, the inclusion of educators poses ethical questions relating to their scope of practice and the methods they can utilise. In vocal rehabilitation, body, mind and music are united. The psychological stability and personal identity of singers have a significant impact on their ability to navigate periods of vocal challenge. As well as attending to the biological aspects of vocal injury, clinicians, therapists and vocal coaches need to attend to the psychosocial context.

A singer's ability to have a positive view of their vocal identity can underpin successful vocal rehabilitation, whilst negative views can reduce the likelihood of improved outcomes. Whilst research has shown psychological approaches to vocal rehabilitation such as Cognitive Behavioural Therapy and Acceptance and Commitment Therapy can be beneficial, they remain the domain of trained therapists and clinicians who often do not have the vocal pedagogical skills or understanding of singers' professional context to impact nuanced and sustainable change. Although there have been developments to address this through studies examining the application of Mindfulness for singers and Acceptance and Commitment Coaching, this paper proposes that Clean Language Coaching might provide a more pedagogically congruent strategy for working with the psychosocial factors of voice rehabilitation.

As an imagery-based coaching modality, Clean Language Coaching is not only ethically acceptable for non-clinical use, allowing for further development of the vocal coach's role in musicians' healthcare, but also harnesses metaphorical concepts familiar to singers. This presentation, therefore, introduces Clean Language concepts, exploring the theoretical basis for its inclusion as a rehabilitation strategy and proposing avenues for future research.

Bristol Voice Care; University College London (UCL)

Jenna Brown is an UK based classical mezzo-soprano, voice teacher, conductor and early career researcher. She is a trained voice rehabilitation specialist and vocal massage therapist and runs Bristol Voice Care, providing rehabilitation and coaching for professional and amateur individuals and groups.

She holds an MSc in teaching and learning from Oxford University, a BA (hons) from Cambridge University and has recently completed an MA in voice pedagogy. Her work takes a multi-disciplinary perspective uniting the humanities, arts and voice science.

Her research utilises pragmatic feminist methodology, exploring the ethical intersection of pedagogy and clinical practice when working with injured singers. She will be commencing a PhD at UCL in 2024 investigating the role of imagery in vocal teaching and rehabilitation.



**Phillip
Cartwright**

Puteaux (F)

phillip.cartwright@rcm.ac.uk

rcm.academia.edu/PhilCartwright



**Vortrag
Fr, 10:30 Uhr**

Exploring Performing Artists' Identities and Implications for Possible Selves **Phillip Cartwright, Rebecca Adams and Maria Barbolla Zapater**

This research reports recent exploratory results from an ongoing study focused on better understanding the formation of self-identity and possible selves amongst a sample of professional musicians, dancers and actors of various ages.

Much of the literature concerns the development of self-identity and possible selves in adolescents. This is an important foundation for understanding the formation of identity. This study also includes respondents of middle aged and elder respondents within performing arts.

The goal of the study is to bring insight to how identity evolves throughout the entire lifespan of a performing artist with respect to their own attachment and conviction to the self. A secondary objective is to understand the extent to which perceptions of possible selves changes (typical of adolescents) amongst older respondents.

A survey consistent with meeting ethical standards has been distributed electronically to a not-publicly available list of professional ensemble musicians, ballet dancers and actors. Twenty-five survey statements are presented in six categories: Association, Emotional Attachment, Conviction, External Factors, Goals and The Ensemble & Me. Five-point Likert scale responses are analyzed using conventional methods (i.e., correlation, cluster and factor analysis). Further, a Musical Identity Measure (MIM) Measure (MIM) developed by Burland, Bennett and López-Íñiguez (2022) is applied to investigate individual's self-identities and possible selves in relation to the six categories of questions.

The authors argue that the results provide insights into respondent self-identity-based motivations to engage with performing arts activities and to the extent these activities and associations regulate behavior. Furthermore, identifying areas that require additional support or guidance and supporting future oriented decision making. The work may also support educators and researchers to better understand and support processes of development and skill acquisition, while upholding modifications and new investigation into self-identity for performing artists.

Rebecca Adams, MBA, DBA candidate and Research Associate at the Ascencia Center for Applied Business and Management Research, Paris, France [rebecca.norren@gmail.com], & Maria Barbolla Zapater, MSc, Social Psychology.

Phillip Cartwright, Ph.D., is a Full Professor and Academic Dean of the International DBA and Director of the Ascencia Center for Applied Business and Management Research in Puteaux, France. Cartwright is also a Visiting Researcher at the Royal College of Music, Centre for Performance Science, London.



**Leonhard
Königseder**

Wien (A)

koenigseder@mdw.ac.at

www.leonhard-koenigseder.com



**Workshop
Fr, 11:15 Uhr**

Was wir von Spitzensportler_innen lernen können Leonhard Königseder

Sportler_innen spielen unter schwierigen äußeren Bedingungen gegen eine übermächtige Konkurrenz und müssen trotz all dem versuchen, sich bei Rückstand nicht geschlagen zu geben. Musiker_innen stehen auf einer großen Konzertbühne, im Publikum sitzen Kolleg_innen sowie Kritiker_innen, die ins Konzert gekommen sind, um sie spielen zu hören.

Dies sind Situationen, die für Musiker_innen und Sportler_innen zum beruflichen Alltag gehören und ihnen oft alles abverlangen. Beide Welten scheinen auf den ersten Blick keine großen Gemeinsamkeiten zu haben, doch bei genauerer Betrachtung sind es ähnliche Strategien, Einstellungen und Methoden, die zum Erfolg führen.

Umgehen mit Druck, die eigene Leistung am Punkt abrufen oder sich aktiv zu regenerieren sind Themen, die zudem nicht nur für Sportler_innen oder Musiker_innen von Bedeutung sind. Vielmehr betreffen sie uns alle. Doch wie schaffen es die Besten, mit diesen großen Herausforderungen umzugehen? Welche Strategien und Methoden verwenden sie, um erfolgreich zu sein?

In diesem Workshop werde ich drei der gängigsten Methoden des mentalen Trainings sowie der Sportpsychologie vorstellen, die uns im Alltag am Spielfeld, oder auf der Bühne dabei helfen können, mit kleinen und großen Herausforderungen besser umzugehen. Darunter eine Atemübung zur Selbstregulation, ein möglicher Weg zur Gedankensteuerung und wie Sie es vielleicht schaffen können, sich produktiv mit Fehlern auseinanderzusetzen.

Leonhard Königseder ist Mitglied der Vienna Brass Connection & der Blaskapelle Ceska. Von 2010 – 2022 war er Schlagwerker & stellvertretender Pauker der Grazer Philharmoniker an der Oper Graz. Leonhard ist zudem Gründungsmitglied des m2kollektivs, einer Plattform, die sich der mentalen & körperlichen Gesundheit von Musikschaffenden widmet (www.m2kollektiv.com).

Neben seinen Lehraufträgen für mentales Training an der Universität für Musik & darstellende Kunst Wien sowie für Schlagwerk & Drumset an der Universität für Musik & darstellende Kunst Graz arbeitet Leonhard in Einzelcoachings & Workshops mit Musiker_innen & Sportler_innen daran, ihre Effizienz zu steigern sowie ihr volles Potenzial auszuschöpfen.



**E. Sebastian
Debus**

Hamburg (D)

h.hidalgo@uke.de

www.uke.de



**Vortrag
Fr, 11:15 Uhr**

Die "Brahms Billroth Stiftung für Musik – Medizin" - Eine neue Fördermöglichkeit für musikmedizinische Forschung **E. Sebastian Debus**

Musik kann einen heilenden Einfluss auf Psyche und Körper ausüben. Da die Wirkungsweisen von Musik auf unsere Gesundheit bisher aber noch nicht ausreichend untersucht wurden, sind die musikmedizinische und musikpsychologische Forschung sowie die medizinisch-musikalische Förderung ein bedeutendes Feld, das zur Optimierung von Heilungsprozessen erschlossen werden muss. Das Universitätsklinikum Hamburg-Eppendorf blickt auf eine 12-jährige Erfahrung in diesem Bereich zurück. Das Deutsche Bundesministerium für Bildung und Forschung (BMBF) hat diese Aktivitäten zusammen mit der Freien und Hansestadt Hamburg aktuell im Rahmen eines Verbundprojektes mit der Hochschule für Musik und Theater, der Technischen Universität Hamburg (TUHH) und der Hamburger Hochschule für angewandte Wissenschaften (HAW) gefördert, sodass das deutschlandweit erste Zentrum für Musik-Medizin am UKE eingerichtet werden konnte.

Auch Musiker_innen bedürfen einer speziellen Gesundheitspflege: abhängig vom Instrument, welches sie spielen, können sie an Erkrankungen leiden, die eine spezialisierte Behandlung benötigen (Musikermedizin).

All diese Themenbereiche bedürfen einer kontinuierlichen Förderung und Unterstützung. Zu diesem Zweck wurde die Brahms Billroth Stiftung für Musik-Medizin mit Sitz in Hamburg und Wien gegründet. Der Komponist Johannes Brahms war mit dem berühmten Chirurgen und Mediziner Theodor Billroth eng befreundet. Beide kamen aus Hamburg bzw. Norddeutschland, lebten aber in Wien und tauschten sich intensiv zu Musik und Medizin aus. Sie legten damit einen wichtigen Grundstein für die Musik-Medizin.

Die Stiftung fördert musikmedizinische Wissenschaft und Forschung, die öffentliche Gesundheitspflege sowie den künstlerischen, wissenschaftlichen und gesellschaftlichen Austausch. Sie verfolgt damit den Zweck, den heilenden Effekt von Musik auf Patient_innen und die Öffentlichkeit zu erforschen und zu erproben. Dies schließt die Durchführung von Veranstaltungen und Konzerten ein, durch welche Erkenntnisse aus den Förderprojekten der Öffentlichkeit zugänglich gemacht werden sollen.

Ebenso wird die Musiker_innengesundheit gefördert und durch Unterstützung von Präventionsprogrammen erhalten.

Die Stiftung verfolgt ausschließlich und unmittelbar gemeinnützige Zwecke und erstrebt keinen Gewinn.

Univ.-Prof. Dr. E. Sebastian Debus, geboren am 16. Mai 1962 in Marburg, ist ein führender deutscher Chirurg und Hochschullehrer. Er absolvierte sein Medizinstudium an der Christian-Albrechts-Universität zu Kiel und der Mayo Clinic, gefolgt von einem praktischen Jahr am Universitätsspital Zürich. Nach seiner Promotion 1989 war Debus in verschiedenen chirurgischen Bereichen tätig und habilitierte sich 1999.

Seit 2009 ist er Klinikdirektor am Universitären Herz- und Gefäßzentrum Hamburg und leitet dort die Klinik und Poliklinik für Gefäßmedizin, spezialisiert auf Gefäßchirurgie, Angiologie und endovaskuläre Therapie.

Debus ist Chairman des Program Committees der European Society for Vascular Surgery und Deputy President Elect dieser Gesellschaft.

Neben seiner medizinischen Karriere studierte Debus Kontrabass und Klavier und ist musikalisch aktiv im Debus-Trio und im Quartetto Vasculare.



**Claudia
Spahn**

Freiburg (D)

claudia.spahn@uniklinik-freiburg.de

fim.mh-freiburg.de



**Vortrag
Fr, 11:25 Uhr**

Zur Entwicklung des Faches Musikphysiologie & Musikermedizin in Deutschland – Konzepte und Perspektiven Claudia Spahn, Bernhard Richter, Anna Immerz

Die Entwicklung des Faches Musikphysiologie & Musikermedizin wird historisch hergeleitet. Der Stand an deutschen Musikhochschulen wird im Überblick dargestellt und auf Konzepte und Organisationsformen eingegangen.

Diese betreffen im Bereich Musikphysiologie insbesondere die Integration von Lehre in die Studiengänge und -curricula an Musikhochschulen sowie die Angebote an Prävention und Gesundheitsförderung und deren Wirksamkeit für Musikstudierende. Hierzu werden Daten aus einer Multizenterstudie an fünf deutschen Musikhochschulen vorgestellt. Die an der Hochschule für Musik Freiburg am Freiburger Institut für Musikermedizin ab 2023 neu entwickelten Studienangebote Nebenfach Musikphysiologie im Bachelor of Music und Master of Music mit Hauptfach Musikphysiologie werden exemplarisch erläutert.

Das Thema Qualitätssicherung im Fach Musikermedizin wird diskutiert und entsprechende Weiterbildungsformate wie der neue Freiburger Zertifizierungslehrgang Musikermedizin für Mediziner und Psychologen werden vorgestellt.

Der Vortrag gibt einen Überblick über Konzepte und Angebote des Fachbereichs Musikphysiologie & Musikermedizin in Deutschland und lädt zum Erfahrungsaustausch ein.

Lit.:

Manfred Nusseck, Claudia Spahn Gesundheit von Musikstudierenden.

Schriftenreihe C. Spahn (Hrsg.) „Freiburger Beiträge zur Musikermedizin“, projekt Verlag Bochum/Freiburg 2023

Claudia Spahn, Bernhard Richter, Eckart Altenmüller (Hrsg.) MusikerMedizin

Diagnostik, Therapie und Prävention von musikerspezifischen Erkrankungen, Schattauer Verlag, Stuttgart 2011

Prof. Dr. med. Dr. phil. Claudia Spahn ist Professorin für Musikermedizin und Leiterin des Freiburger Instituts für Musikermedizin (FIM) an der Hochschule für Musik Freiburg und dem Universitätsklinikum Freiburg, Fachärztin für Psychosomatische Medizin und promovierte Musikwissenschaftlerin.

Musikstudium mit Hauptfach Blockflöte an der Hochschule für Musik Freiburg zur Dipl. Musiklehrerin.

Sie entwickelt und unterrichtet das Fach Musikphysiologie & Musikermedizin, Schwerpunkte ihrer wissenschaftlichen Tätigkeit sind Lampenfieber, Prävention für Musiker, Körpermethoden und Bewegungsanalyse.

Neben zahlreichen wissenschaftlichen Veröffentlichungen ist sie Autorin der Bücher „Lampenfieber“, „Musikergesundheit in der Praxis“, Herausgeberin des Buches „Körperorientierte Ansätze für Musiker“.

Seit 2017 zusätzlich Prorektorin für Forschung der Hochschule für Musik Freiburg und seit 2022 Geschäftsführende Direktorin des Freiburger Forschungs- und Lehrzentrums Musik (FZM).



**Michael
Peschka**

Wien (A)

peschka@mdw.ac.at



**Vortrag
Fr, 11:35 Uhr**

Lärm im Orchester **Michael Peschka, Christine Schäffer**

Musizieren ist eine schöne Kunst und kaum aus unserer Kulturlandschaft wegzudenken. Rein physikalisch gesehen bedeutet das allerdings auch, dass sich Ausübende und Zuhörende einer gewissen Schallwellenbelastung aussetzen, welche man aus arbeitsmedizinischer Sicht wenig charmant als „Lärm“ bezeichnet. Wie hoch diese Lärmbelastung insbesondere für ausübende Musiker_innen ist, wird von vielen leider deutlich unterschätzt. Untersuchungen dazu gab es bereits in den 1970er Jahren in einer Studie mit dem Orchester der Wiener Symphoniker zum Anlass dessen 70-jährigen Bestehens. Damals ergaben sich im Orchester Lautstärkepegel, welche bei Spitzenbelastungen durchaus mit denen eines Presslufthammers oder eines startenden Flugzeuges vergleichbar sind.

Um Berufsmusiker_innen vor Gesundheitsschäden durch eine gehörgefährdende Lärmbelastung zu bewahren wurden verschiedene Gesetze und Verordnungen erlassen, welche es im beruflichen Alltag zu beachten gilt (z.B. Arbeitnehmer_innenschutzgesetz, Verordnung über Lärm und Vibrationen am Arbeitsplatz). Der Vortrag zeigt - orientiert an einer aktuellen Publikation des Arbeitsinspektorats des Bundesministeriums mit dem Titel: „Kodex zur Lärmreduktion im Musik- und Unterhaltungssektor“ (2020) - die besonderen Herausforderungen des Arbeitsplatzes „Orchester“ auf und beleuchtet allgemeine Definitionen von Lärm inklusive der arbeitsmedizinischen Grundlagen und der derzeit gültigen EU-Richtlinien zum Thema Gehörschutz und Schallschutzmaßnahmen.

Die Bedeutung des Begriffes des „Auslösewertes“ von 85 dB wird diskutiert und inklusive der daraus resultierenden Konsequenzen in den musikalischen Kontext gestellt. Abschließend werden Möglichkeiten der Lärmreduktion vorgestellt, beginnend bei baulichen Maßnahmen bis hin zu entsprechenden persönlich angepassten frequenzgefilterten Otoplastiken.

Die steirische Ärztin und Sopranistin Christine Schäffer entdeckte schon früh ihre Liebe zur Violine und zum Gesang, durch welche sie in verschiedenen Orchestern, Chören und Ensembles mitwirkte. Während ihres Medizinstudiums in Graz absolvierte sie den Studiengang Historische Vokalpraxis am Johann-Joseph-Fux-Konservatorium, wo sie aktuell auch Unterricht in Renaissance-Laute und Hammerflügel nimmt.

Nach Abschluss ihrer Ausbildung zur Allgemeinmedizinerin war sie zwei Jahre an einer neurologischen Abteilung tätig, bevor sie – ihrem Interesse an präventiver Medizin folgend – in die Facharztausbildung für Arbeitsmedizin wechselte.

Michael Peschka: Studium an Medizinischer Universität Wien (Promotion 2009) und Konservatorium Wien Privatuniversität bzw. Anton Bruckner Privatuniversität Linz (Diplom 2008). Facharzt Allgemein- und Viszeralchirurgie, Facharzt für Gefäßchirurgie.

Bis 09/2023 Oberarzt im Krankenhaus der Barmherzigen Brüder Eisenstadt (Schwerpunkt Gefäßchirurgie und Herzschrittmacherchirurgie), seit 03/2023 Mitarbeiter an der Abteilung Musikphysiologie der mdw.

Mitbegründer und derzeit stv. Präsident der ÖGfMM. Mitglied der DGfMM, der Österreichischen Gesellschaften für Chirurgie, Gefäßchirurgie und Arbeitsmedizin.

Absolvent mehrerer Meisterkurse Klarinette. Mitwirkung in verschiedenen Ensembles und Orchestern. Kammermusikalische Tätigkeit zu karitativen Zwecken.



Christine Schäffer



**Annatina
Mölschl**

Innsbruck (A)

annatina@aon.at



**Vortrag
Fr, 11:45 Uhr**

Eine ergotherapeutische Betrachtung der biopsychosozialen Gesundheit Musikstudierender: Gesundheitshandeln sowie die Gesundheit beeinflussende Umgebungsfaktoren aus der Sicht von IGP-Studierenden **Annatina Mölschl**

Hintergrund: Das Studium der Instrumental- und Gesangspädagogik (IGP) beinhaltet intensives Üben, Proben, sowie Auftritte und Bewertungssituationen. Biopsychosoziale Gesundheit ist Voraussetzung für die dafür erforderliche Leistungsfähigkeit. Diverse Studienergebnisse deuten darauf hin, dass die Anforderungen eines Musikstudiums das Wohlbefinden fördern, während sie gleichzeitig ein Risiko für die psychische und physische Gesundheit darstellen. Gesundheit und Wohlbefinden stehen laut ergotherapeutischem Grundverständnis im Kontext der individuellen Betätigungen und der sozialen und physischen Umwelt einer Person.

Ziel der Arbeit: Das Ziel der Forschung im Rahmen der Masterarbeit war es herauszufinden, welche Handlungen Studierende der Instrumental- und Gesangspädagogik im Rahmen des Instrumentalspiels oder des Gesangs (üben, proben, auftreten, unterrichten) setzen, um gesund zu bleiben und welche sozialen und physischen Umgebungsfaktoren einen Einfluss auf ihre Gesundheit in diesem Kontext haben.

Methodik: Anhand eines qualitativen Forschungszugangs wurden zehn problemzentrierte Interviews nach Witzel (1985) mit IGP-Studierenden durchgeführt. Für das Sampling wurden gestufte Verfahren angewendet, die nacheinander zur Anwendung kamen. Die Daten wurden mittels qualitativer Inhaltsanalyse induktiv und deduktiv ausgewertet.

Ergebnisse: Die Teilnehmenden beschrieben eine Vielfalt und Vielzahl an Strategien, die sie zum Erhalt oder zur Förderung ihrer Gesundheit beim Musizieren nutzen. Zudem beschrieben sie ihre dem Gesundheitshandeln zugrunde liegenden Gesundheitsvorstellungen. Sie stellten einen Zusammenhang zwischen sozialen und physischen Umgebungsfaktoren und ihrer biopsychosozialen Gesundheit her. Zusätzlich benannten sie eine Reihe an gesundheitsförderlichen Empfehlungen im Kontext des Musizierens für Musikschüler_innen. Implikationen: Die Anwendung der Prinzipien der Zielgruppen- und Ressourcenorientierung, der Vernetzung sowie des ganzheitlichen Zugangs entsprechend dem ergotherapeutischen Grundverständnis sind in der Förderung der biopsychosozialen Gesundheit Musikstudierender zentral, um vorhandenes Alltagswissen sowie Kompetenzen verfü- und nutzbar zu machen.

Annatina Mölschl, MSc ist Ergotherapeutin und zertifizierte Handtherapeutin (ÖGHT).

Neben diversen Fortbildungen im Bereich der Manuellen Therapie und Spiraldynamik erwarb sie das Certificate of Advanced Studies in Rehabilitation in Hand Surgery an der Universität Lund in Schweden und absolvierte den Kurs Performing Arts Medicine für Allied Healthcare Professionals der PAMA.

Sie ist Mitglied der österreichischen und der deutschen Gesellschaft für Musik und Medizin (ÖGfMM und DGfMM) und nimmt laufend an Kongressen und Kursen teil. In ihrer privaten Praxis behandelt sie Musikstudierende und Musiker_innen mit unterschiedlichen Beschwerdebildern und unterrichtet im Fach Musikphysiologie am Tiroler Landeskonservatorium.

Affiliation: Masterarbeit: fhg – Zentrum für Gesundheitsberufe Tirol GmbH, FH-Master-Lehrgang Master of Science in Ergotherapie und Handlungswissenschaft.



Christine Vogel
Frankfurt am Main (D)
linksgespielt@gmail.com
www.linksgespielt.de



Geige rechts, Bogen links? – Händigkeitsaspekte bei Streichinstrumenten in Theorie und Praxis

Christine Vogel, Sophia Klinke

Wer überlegt, ein Streichinstrument aufgrund von Linkshändigkeit andersherum zu halten als die Norm, stößt häufig noch auf Skepsis: Schließlich werden beim Musizieren beide Hände benötigt und beide haben hoch komplexe Bewegungen auszuführen. Außerdem: Ist es nicht gerade die linke Greifhand, deren Finger beim Spielen mit atemberaubender Geschwindigkeit übers Griffbrett gleiten und der somit die schwierigere Aufgabe zufällt? Sind linkshändige Menschen am konventionellen Streichinstrument dadurch nicht im Vorteil?

Andererseits: Der Klang, und damit ein Großteil des musikalischen Ausdrucks, wird vom Bogen erzeugt. Dessen Bewegungen, die auf den ersten Blick vergleichsweise schlicht erscheinen mögen, erfordern höchste Präzision im dreidimensionalen Raum und das perfekte Zusammenspiel einer Vielzahl von Muskelgruppen für schier endlos variierende Stricharten, Phrasierungen und dynamische Nuancen.

»The bow is the master, the fingers of the left hand are but his servants.«, soll der Geiger Hubert Leonard im 19. Jahrhundert gesagt haben. Damals wie heute lässt sich an linkshändigen Kindern und Erwachsenen häufig beobachten, dass sie beim ersten Kontakt mit einem Streichinstrument den Bogen intuitiv in die linke Hand nehmen, um damit das Instrument zum Klingen zu bringen.

In der Pädagogik entwickelt sich zunehmend ein Bewusstsein dafür, dass motorischen, technischen, klanglichen und teilweise auch gesundheitlichen Problemen vieler linkshändiger Schülerinnen und Schüler mit invertierten Instrumenten Abhilfe verschafft werden kann. Andernorts gibt es noch Unsicherheiten: Wo bekomme ich ein solches Instrument her? Wie soll das im Orchester gehen? Kann ich Linksspielende überhaupt unterrichten?

Mit Übungen, Experimenten und theoretischen Grundlagen wird das händigkeitsgerechte Musizieren und Unterrichten an Streichinstrumenten erkundet. Dabei sollen Chancen und Möglichkeiten der linkshändigen Spielweise aufgezeigt, offene Fragen diskutiert und bestehende Vorbehalte mit Tipps und Erfahrungen aufgelöst werden.

Christine Vogel studierte Musikwissenschaft an der Martin-Luther-Universität Halle, der Universität Leipzig sowie an der HMT Leipzig, wo sie 2018/19 als Lehrbeauftragte unterrichtete. Weitere Studiengänge absolvierte sie in den Fächern Viola da gamba und historischer Kontrabass an der HfMDK Frankfurt am Main. Neben einer breitgefächerten Konzerttätigkeit unterrichtet sie an Musikschulen und arbeitet dramaturgisch für Festivals.

Sophia Klinke studierte Violine an der HMTM Hannover und am Pariser Konservatorium. Sie war Praktikantin im MDR-Sinfonieorchester Leipzig und Stipendiatin der Albert-Eckstein-Stiftung, unterrichtete Violine an der Musikschule Friedrichsdorf und ist ausgebildete elementare Musikpädagogin. Nach dem Studium entdeckte sie ihre verkappte Linkshändigkeit und erlernt seitdem das Violinspiel auf einer Linkshändervioline.

Gemeinsam gründeten sie 2021 die Initiative »Linksgespielt«, die Erfahrungen linkshändig Musizierender auf der ganzen Welt öffentlich zugänglich macht.



**Dirk
Möller**
Osnabrück (D)

d.moeller@hs-osnabrueck.de
www.hs-osnabrueck.de



Standardisiertes Untersuchungsprotokoll bei neuromuskuloskelettalen Beschwerden von darstellenden Künstlerinnen und Künstlern – eine Einzelfallstudie

Dirk Möller

Aufgrund der vielfältigen und besonderen Anforderungen an das Bewegungssystem beim Instrumentalspiel, Singen oder Tanzen treten bei darstellenden Künstlerinnen und Künstlern häufig Beschwerden des neuromuskuloskelettalen Systems auf. Im Osnabrücker Projekt „RefLabPerform“ wurde ein Referenzlabor zur systematischen und standardisierten Befunderhebung entwickelt. Diese umfasst eine umfassende subjektive und körperliche Untersuchung sowie eine sensorbasierte biomechanische Analyse. Dabei kommen insbesondere evidenzbasierte Untersuchungsinstrumente zum Einsatz, um eine möglichst hohe Vergleichbarkeit und Zuverlässigkeit der erhobenen Daten zu garantieren. Es soll ein Beitrag zur Weiterentwicklung in Diagnostik und Management von neuromuskuloskelettalen Beschwerden bei darstellenden Künstlern geleistet werden.

In diesem Vortrag soll am Beispiel einer Musikerin das standardisierte Vorgehen der Befunderhebung in Kombination mit einer sensorbasierten biomechanischen Untersuchung exemplarisch präsentiert werden.

In einem subjektiven Untersuchungsalgorithmus wurden zunächst sowohl interview- wie auch fragebogenbasiert detaillierte Informationen beispielsweise zum Schmerzverhalten, der Vorgeschichte und weiteren Einflussfaktoren gesammelt, um eine individuelle Arbeitshypothese für die nachfolgende körperliche Untersuchung zu bilden. Diese umfasst unter anderem eine standardisierte Analyse der Körperhaltung, der passiven/aktiven Gelenkbeweglichkeit, spezifische differenzierende Tests, funktionelle Demonstrationen der symptomauslösenden oder -verstärkenden Bewegungen oder der motorischen Kontrolle. Im Anschluss an die körperliche Untersuchung besteht die Möglichkeit, zusätzlich eine sensorbasierte biomechanische Untersuchung durchzuführen. Dabei wird auf Basis der Ergebnisse aus subjektiver und körperlicher Untersuchung entschieden, welche Art der sensorbasierten biomechanischen Untersuchung (muskuläre Aktivität, Kinematik oder Kinetik) zur Anwendung kommt. Alle Ergebnisse werden digital gespeichert und weiterverarbeitet.

Das hier vorgestellte Untersuchungsprotokoll ermöglicht eine umfangreiche standardisierte Anamnese für darstellende Künstlerinnen und Künstler mit neuromuskuloskelettalen Problemen. Insbesondere die Integration der sensorbasierten biomechanischen Analyse in die Befunderhebung wird zielgerichtet ermöglicht. Durch einen Einsatz solcher Untersuchungsprotokolle besteht zukünftig die Möglichkeit, systematisch Daten zu sammeln und miteinander zu vergleichen, wodurch ein Mehrwert zum Verständnis von neuromuskuloskelettalen Beschwerden bei darstellenden Künstlerinnen und Künstlern geschaffen wird.

Prof. Dr. Dirk Möller ist Dipl.- Sportwissenschaftler und Physiotherapeut mit Fortbildungen u. a. in manueller Therapie (OMT), therapeutischem Klettern, MTT und biomechanischen Analysenmethoden. Seit 2012 ist er an der Hochschule Osnabrück tätig.

Zu seinen Interessensgebieten gehören die Musikergesundheit aus physiotherapeutischer Sicht, angewandte Biomechanik (insbesondere Elektromyographie), Bewegungsstudien sowie die Verbindung von Physiotherapie, Sportwissenschaft und Musik unter bewegungsanalytischen Gesichtspunkten.



**Dirk
Möller**
Osnabrück (D)

d.moeller@hs-osnabrueck.de
www.hs-osnabrueck.de



**Vortrag
Fr, 12:50 Uhr**

Pain Neuroscience Education – Ein wichtiger Teil des modernen und evidenzbasierten Therapiemanagements bei Musikerinnen und Musikern

Dirk Möller

Musikerinnen und Musiker sind häufig mit langanhaltenden Schmerzen konfrontiert, die vielfältige Auswirkungen haben können wie beispielsweise Schonhaltungen, eine eingeschränkte Leistungsfähigkeit oder im Extremfall das Ende der musikalischen Karriere. Ein umfassendes Therapiemanagement ist daher sehr wichtig, um dieses zu verhindern oder zumindest zu reduzieren. In der modernen Schmerzwissenschaft gewinnt die Pain Neuroscience Education als Teil des Gesamtmanagement von Patient_innen mit Schmerzen eine immer größere Bedeutung. In zahlreichen Forschungsarbeiten hat sich gezeigt, dass Patient_innen, die eine neurophysiologische Schulung über die Entstehung und Wirkung von Schmerzen erhalten, bessere Ergebnisse hinsichtlich Schmerzintensität, Funktion und Angst-Vermeidungsverhalten aufweist als solche ohne diese Art von Schulung.

Ziel

Das Ziel des Vortrags ist es, den aktuellen Stand zum Thema Pain Neuroscience Education zu präsentieren und diesen auf die Gruppe der Musikerinnen und Musiker zu übertragen. Es sollen verschiedene Ansätze gezeigt werden, wie eine solche Education aussehen könnte.

Ergebnisse

Pain Neuroscience Education ist ein wichtiger Therapiebaustein im Management von Performing Artists mit Schmerzen und sollte immer mitbedacht werden. Die Durchführung von Pain Neuroscience Education ist einfach und kann von Patienten gut verstanden werden.

Schlussfolgerungen

Auch wenn die Schmerzphysiologie ein komplexes Geschehen ist, kann den Patient_innen mit einfachen Worten erklärt werden, wie und warum ihre Schmerzen entstehen. Patient_innen erhalten die Möglichkeit, ihre Schmerzen besser einzuordnen und zu verstehen und können dadurch in belastenden Situation selbst ein besseres Management entwickeln. Pain Neuroscience Education liefert somit einen wichtigen Beitrag im Patient_innenmanagement und sollte einen fester Bestandteil im Management darstellen.

Prof. Dr. Dirk Möller ist Dipl.-Sportwissenschaftler und Physiotherapeut mit Fortbildungen, u. a. in manueller Therapie (OMT), therapeutischem Klettern, MTT und biomechanischen Analysenmethoden. Seit 2012 ist er an der Hochschule Osnabrück tätig.

Zu seinen Interessensgebieten gehören die Musikergesundheit aus physiotherapeutischer Sicht, angewandte Biomechanik (insbesondere Elektromyographie), Bewegungsstudien sowie die Verbindung von Physiotherapie, Sportwissenschaft und Musik unter bewegungsanalytischen Gesichtspunkten.



**Veronika
Morscher**

Wien (A)

veronikamorscher@gmail.com

www.veronikamorscher.com



**Workshop
Fr, 12:15 Uhr**

Yoga als Werkzeug zur Selbsthilfe für Musiker_innen Veronika Morscher

Im Alltag wird der Begriff „Yoga“ leider oft gleichgesetzt mit gymnastischen Dehnübungen, dabei kann Yoga so viel mehr: In erster Linie dient eine Yogapraxis dazu, unsere geistigen Fähigkeiten auf besondere Weise auszurichten. Diese Ausrichtungsfähigkeit ist vor allem für Musiker_innen hochrelevant, denn gerade auf der Bühne müssen sie aktiv ihre Aufmerksamkeit lenken können, um sich nicht irritieren zu lassen, um das Geübte authentisch wiedergeben und improvisieren zu können. Auf der Yogamatte kann man eben diese geistige Qualität auf hervorragende Weise üben, indem man sich auf Körperbewegungen, den Atem und/oder mentale Vorstellungen ausrichtet und bei Unaufmerksamkeit immer wieder aufs Neue fokussiert.

Außerdem bieten vielfältige Atemtechniken die Möglichkeit, einen Alltagsatem, der oft kurz, ungleichmäßig und hoch im Körper sitzt, in eine bewusste Atemführung zu transformieren, womit nachweislich das vegetative Nervensystem reguliert werden kann. Dies ist für Musiker_innen in Verbindung mit Auftrittsstress hochrelevant und ein wichtiges Tool zur Selbstregulation.

Beweglichkeit, Kräftigung und Balance werden gefördert durch maßvolle Körperübungen (āsana), welche speziell für Musiker_innen so ausgewählt werden können, dass instrumentenbedingt überbelastete Körperpartien berücksichtigt werden. Es gibt unzählige Übungen, die Haltungen am Instrument ausgleichen können und sich eignen, Überpausen zu füllen oder Warm-Ups/Cool-Downs zu gestalten. Dynamisches und statisches Üben sowie āsana-Varianten bieten vielseitige Dosierungsmöglichkeiten. Die Aneinanderreihung verschiedener Übungen fördert außerdem die Koordinationsfähigkeit und Propriozeption. Das Yoga Sutra als Leitfaden gibt zudem spannende Impulse, wie Yoga auf der Matte und im Alltag geübt werden kann. In den Impulsen sind viele Parallelen zum Musizieren zu entdecken.

Im Rahmen des Symposium-Workshops werden – nach einem kurzen Einblick in die Yoga-Philosophie – praktische Übungen und Inhalte vermittelt, die bei Musiker_innen Anwendung finden können:

- Ein generelles Aufwärmen in Form von kurzen vinyasas
- Die Verbindung zwischen Körperbewegungen und bewusster Atemführung
- Exemplarische Anpassungsmöglichkeiten bei instrumentenbedingten Überlastungen

Veronika Morscher ist Sängerin, Yoga-Lehrerin und hat Psychologie studiert. Sie lehrt Auftrittcoaching, Einführung in die Atem- und Bewegungslehre, Yoga und Konzentrationspraxis in der Abteilung Musikphysiologie an der MDW. Sie ist außerdem an der HfMDK in Frankfurt tätig als Dozentin für Präsentationstraining und Ressourcenarbeit und arbeitet freiberuflich als Gesangsdozentin, Sängerin und Songwriterin hauptsächlich in Österreich und Deutschland.



**Beate
Hennenberg**

Wien (A)

Hennenberg@mdw.ac.at
mdw.ac.at/mrm/iasbs/yoursmile/



**Vortrag
Fr, 12:15 Uhr**

Lehransätze zur Förderung des Musizierens auf einer Kinderstation: IGP- Musikwerkstatt am Comprehensive Center of Pediatrics (CCP) der UKKJ von MedUni Wien

Beate Hennenberg, Susanne Mauss, Nadine Konrad, Elke Huber-Lang, Kathrin Fabian, Vito Giordano, Angelika Berger, Gerda Müller, Matthias Bertsch

Aus dem Charityprojekt Your Smile hat sich seit fast sechs Semestern eine Musizierwerkstatt am Comprehensive Center of Pediatrics (CCP) der Universitätsklinik für Kinder- und Jugendheilkunde (UKKJ) der Medizinischen Universität Wien / AKH Wien entwickelt. Sie ist sowohl eine musikpädagogisch ausgerichtete Lehrveranstaltung für Masterstudierende der Instrumental- und Gesangspädagogik der Universität für Musik und darstellende Kunst Wien als auch eine wöchentliche Musiziersituation. Der Unterricht erfolgt an der dortigen Heilstättenschule und in Kooperation mit den Lehrenden vor Ort.

So gestalten Studierende an zwei Wochentagen personenzentrierten musikalischen Unterricht in kleinen Gruppen abwechselnd auf den Stationen der Abteilung für Neonatologie, Pädiatrische Intensivmedizin und Neuropädiatrie, der Abteilung für Pädiatrische Kardiologie und der Abteilung für Pädiatrische Nephrologie und Gastroenterologie in enger Verbindung mit den Lehrenden. Manchmal findet ein kürzerer Unterricht am Bett im Krankenzimmer der Patient_innen statt. In all den Settings gestalten die Studierenden mit den Langzeitpatient_innen, die teilweise palliativ leben, personenzentrierte musikalische Interaktionen. Neben der Teilhabegerechtigkeit kann somit der gesellschaftliche Auftrag einer inklusiven, gleichberechtigten und hochwertigen Bildung umgesetzt werden, wie sie die UN-Kinderrechtskonvention fordert.

Die musikalischen Begegnungen werden sowohl qualitativ als auch quantitativ interdisziplinär beforscht. Durch diese Verbindung von Theorie und Praxis können nicht nur spannende Resultate in Bezug auf die Verbesserung des Wohlbefindens der Kinder in ihrem oftmals von langwierigen Therapien begleiteten Alltag erwartet werden. Ebenso werden den beteiligten IGP-Studierenden neue soziale, musikalische, bildungswissenschaftliche, pädagogische Einsichten ermöglicht.

Ab dem Sommersemester 2024 können erstmals Studierende der MedUni Wien dieses Seminar mitbelegen, um möglicherweise eine Erweiterung ihrer Sicht auf Krankheitsverstehen, Inklusion, gesellschaftliche Verantwortung und soziales Engagement zu bekommen.

Ass.Prof. Dr. Mag. Hennenberg arbeitet am Institut für Musikpädagogische Forschung, Musikdidaktik und Elementares Musizieren der mdw und baute den Arbeitsbereich Inklusive Musikpädagogik auf. Durch Lehrveranstaltungen und Forschung ist sie an zwei inklusiven Musizierensembles dort beteiligt. Sie zeichnet für die seit 2006 jährlich veranstalteten Fachtagungen für Inklusives Musizieren und die dreijährlich stattfindenden Inklusiven Soundfestivals verantwortlich und ist österr. Partnerin zweier inklusiver musikpädagogischer Erasmus+ Projekte, Inclusive Pedagogy in Arts – Europe, 2017-2019, und All In – International inclusive Society in Arts, 2020-2023.

** Mag. Susanne Mauss, BEd. (Teamkoordinatorin), Dipl. Päd. Nadine Konrad und Mag. Elke Huber-Lang sind Klassenvorständinnen der Heilstättenklassen der AKH Kinderklinik.
** Dr. Vito Giordano MSc., Initiator dieser Musikwerkstatt, arbeitet als Klinischer Neurowissenschaftler an der Abteilung für Neonatologie, Pädiatrische Intensivmedizin und Neuropädiatrie der Medizinischen Universität Wien.

** Ao. Univ.-Prof. Dr. Matthias Bertsch ist Leiter des Motion-Emotion-Labs an der Abteilung Musikphysiologie am Institut 13 der mdw.

** Gerda Müller ist Vizerektorin für Organisationsentwicklung und Diversität und Leiterin der Plattform Kunst und Gesundheit an der mdw.

** Univ. Prof.in Dr.in Angelika Berger, MBA, ist die Leiterin des Comprehensive Center for Pediatrics (CCP) an der Medizinischen Universität Wien.

** Verena Grundner, BA; Anna Leisser, BA; Kathrin Fabian, MA und Julian Albert Kranner sind aktiv im Projekt und sind bzw. waren IGP Studierende an der mdw.



**Dainora
Daugvilaite**

London (UK)

dainora.daugvilaite@gmail.com

rcm.ac.uk



**Vortrag
Fr, 12:25 Uhr**

Online piano lessons with young beginner students: A mixed-methods approach **Dainora Daugvilaite**

Online music education gained attention in the early 2000s, with research initially concentrating on the efficacy of online lessons (Maki 2000; Dammers 2009; Riley 2009), sight-reading (Pike and Shoemaker 2013, 2015), and optimal camera setups (King et al. 2019a, 2019b). The pandemic between 2020-2022 accelerated online music education's shift from a supplementary tool to an indispensable strategy. However, little attention has been given to young beginner students, who might struggle with independence (Dye 2016; Roesler 2017), may lack of autonomy (Kupers et al. 2015) and foundational knowledge (Salvador et al. 2021) or may require a physical presence of instructors (Daugvilaite 2021; Dumlavwalla 2017; Duffy and Healey 2017; Koutsoupidou 2014).

This study addresses the limited research on online piano lessons for young beginners, aiming to understand the challenges and opportunities as well as the main factors that define the lesson success for young beginners. Our primary focus is to evaluate the impact of variables such as teaching methods, parental support, technology, and student skill development on lesson satisfaction. Additionally, we seek to identify the best pedagogical methods for this online learning group.

This project employs an explanatory mixed-methods approach, using a survey in the initial quantitative phase followed by semi-structured interviews in the qualitative phase. The survey's multiple regression analysis sheds light on factors influencing satisfaction with online lessons from both teacher and parent perspectives. These results guide the qualitative segment, enabling a deeper dive into specific issues raised in a survey and teaching methods through thematic analysis.

As the world leans more on digital technology and rethinks online teaching, research in online music education becomes particularly valuable to equip teachers with the information and resources necessary to teach online. This study will academically update an under-investigated area and practically may lead to seminars on online teaching methods for young instrumentalists.

Dainora Daugvilaite is currently advancing her research as a PhD candidate in Centre for Performance Science at the Royal College of Music under the guidance of Dr. Tania Lisboa. Supported by a studentship from the London Arts and Humanities Partnership (LAHP), she specialises in synchronous online music education, focusing on effective teaching approaches for one-on-one online piano lessons with young learners.

She earned her MA in The Teaching Musician from Trinity Laban Conservatoire of Music and Dance and holds a BMus Music (Hons) degree from Goldsmiths University.

Committed to her craft, Dainora runs a private teaching studio where she teaches 30 to 40 piano students on a weekly basis.



**André
Lee**
Hannover (D)

andre.lee@hmtm-hannover.de
www.immm.hmtm-hannover.de



Keynote
Fr, 14:00 Uhr

Aufgabenspezifischer Tremor bei Musizierenden und neues zur Ätiologie und Risikofaktoren der Musikerdystonie **André Lee, Johanna Doll-Lee**

Unsere Session präsentiert die neuesten Erkenntnisse von führenden Forscherinnen und Forschern auf dem Gebiet der Bewegungsstörungen bei Musizierenden. In dieser Session werden speziell die Musikerdystonie und der Musikertremor behandelt, zwei Erkrankungen, die die feinmotorische Kontrolle am Instrument beeinträchtigen.

Die vorgestellten Forschungsergebnisse konzentrieren sich auf genetische und behaviorale Faktoren, die zur Entstehung dieser Bewegungsstörungen beitragen können. Dabei werden neue Daten vorgestellt, denen zufolge eine genetische Prädisposition zur Veränderung von Auftreten und Verlauf der Musikerdystonie führen können. Zudem werden mögliche Verhaltensfaktoren untersucht, die zur Entstehung und Verschlimmerung dieser Störungen beitragen könnten. Weiterhin wird die Pathophysiologie des Musikertremors aus dem Blick des neuesten Standes der Forschung beleuchtet, und erörtert, wie eine diagnostische Einordnung und Klassifikation des Tremors erfolgen kann.

Die präsentierten Beiträge bieten einen umfassenden Überblick über den aktuellen Stand der Forschung auf diesem Gebiet. Sie liefern wertvolle Einblicke in die Ursachen und Mechanismen der Musikerdystonie und des Musikertremors. Darüber hinaus werden mögliche präventive Maßnahmen und Therapieansätze diskutiert, um das Risiko für Musikerinnen und Musiker zu verringern und den Betroffenen eine erfolgreiche musikalische Karriere zu ermöglichen. Diese Session bietet eine einzigartige Gelegenheit für den Austausch von Wissen und Erfahrungen zwischen Forscherinnen und Forschern, Klinikerinnen und Klinikern sowie Musikerinnen und Musikern. Sie richtet sich an alle, die an der Musizierendengesundheit interessiert sind und sich für die neuesten wissenschaftlichen Erkenntnisse auf dem Gebiet der Bewegungsstörungen bei Musizierenden interessieren.



Johanna Doll-Lee

Prof. Dr. med. André Lee absolvierte seine Facharztausbildung zum Neurologen am Klinikum rechts der Isar der Technischen Universität München, wo er sich zum Thema Bewegungsstörungen bei Musizierenden habilitierte. Im Jahre 2020 wurde er auf eine Juniorprofessur für Musikphysiologie und Musikermedizin am IMMM an die Hochschule für Musik, Theater und Medien nach Hamburg berufen. Dort ist er seitdem aktiv in Forschung und Lehre sowie in der Behandlung von Musizierenden im Rahmen einer Spezialambulanz. Seine Schwerpunkte sind u.a. die Gebiete der Musikerdystonie, des Musikertremors, der Schmerzverarbeitung bei Musizierenden. Als Vortragender wird er unter anderem regelmäßig auf internationale Kongresse der Movement Disorders Society, der Performing Artist Medicine Association, der DGfMM, der Deutschen Gesellschaft für Klinische Neurophysiologie sowie als Gastdozent an diversen Musikhochschulen eingeladen.

* Dr. med. Dipl. mus. Johanna Doll-Lee ist Ärztin in Weiterbildung zur Fachärztin auf dem Gebiet der Neurologie in der Universitätsklinik Hannover. Vor ihrem Medizinstudium absolvierte sie ein Konzertfachstudium im Fach Klavier an den Musikhochschulen München und am Mozarteum Salzburg. Wissenschaftlich beschäftigt sie sich insbesondere mit dem Thema der Musikerdystonie, zu dem sie nicht nur ihre Dissertation, sondern auch bereits mehrere Publikationen in internationalen Fachjournals verfasst hat. Als Nachwuchswissenschaftlerin wurde sie bereits auf internationalen Kongressen wie dem Symposium der DGKN, dem Kongress der Movement Disorders Society und der Symposien der PAMA als Vortragende eingeladen.



**Anna
Immerz**

Freiburg (D)

anna.immerz@uniklinik-freiburg.de

fim.mh-freiburg.de



**Vortrag
Fr, 14:30 Uhr**

Kommunikation im Ensemblespiel – Untersuchung eines Streichquartetts beim Spielen zeitgenössischer Musik mittels Eye-Tracking

Anna Immerz, Manfred Nusseck, Jesper Hohagen, Clemens Wöllner, Claudia Spahn

Beim Musizieren im Ensemble spielen nonverbale Kommunikationsprozesse eine wichtige Rolle für die Koordination musikalischer Abläufe, die Analyse von Begleitbewegungen beim Musizieren sowie die musikalische Interpretation. Die Erfassung des Blickverhaltens bietet hier interessante Ansatzpunkte.

Die hier vorliegende Studie befasst sich mit dem Blickverhalten der Musizierenden in einem Streichquartett beim Spielen von zeitgenössischer Musik. Mittels eines portablen Eye-Tracking-Systems wird das Blickverhalten im Rahmen einer explorativen Feldstudie untersucht, um der Frage nachzugehen, welche Kommunikationsprozesse anhand des Blickverhaltens bei Musizierenden eines Streichquartetts in realen Musiziersituationen identifiziert werden können und inwiefern sich diese im Verlauf der Probenphase und zwischen Probe und Aufführung desselben zeitgenössischen Werkes verändern.

Vier Spielerinnen eines Streichquartetts wurden mit dem Werk *Scratch* von Nina Deuse (2017) an drei Messzeitpunkten – Probe, Generalprobe und Konzert – begleitet. Für die Messungen wurden portable Eye-Tracking-Brillen (Pupil Invisible) mit einer Aufnahmefrequenz von 120Hz eingesetzt, welche die Umgebung aufzeichnen. Dieses Bildmaterial wurde mit der Videoanalyse-Software MAXQDA codiert. Über die codierten Videosegmente können die Fixationsorte sowie deren Häufigkeit im zeitlichen Verlauf der musikalischen Darbietung bestimmt werden.

Das Blickverhalten im Streichquartett beim Spielen zeitgenössischer Musik lässt sich hinsichtlich der intra-kommunikativen, inter-kommunikativen und extra-kommunikativen Ebene unterscheiden. Bei allen Spielerinnen überwog die intra-kommunikative Ebene mit dem Blick in die Noten, wobei sich nahezu keine Veränderungen im Probenverlauf zeigten. Auf der inter-kommunikativen Ebene gab es Unterschiede zwischen Proben- und Konzertsituation. Während sich der Blickkontakt untereinander in der Probe auf alle Streicherinnen verteilte, wurde im Konzert sowohl eine Zunahme der Erwiderung des Blickkontakts unter den Spielerinnen als auch eine Fokussierung des Blickverhaltens auf einzelne Spielerinnen deutlich.

Die vorliegende Analyse fokussierte den Beginn des 3. Satzes von *Scratch* (Minute 1-2) bei allen vier Quartettspielerinnen über alle drei Messzeitpunkte. Bis zur Tagung soll die Codierung des gesamten Werkes *Scratch* unter Einbeziehung von Satz 1 und 2 erfolgen und diese Daten sowohl quantitativ als auch qualitativ ausgewertet werden.

Anna Immerz ist Tenure-Track-Professorin für Musikphysiologie am Freiburger Institut für Musikermedizin an der Hochschule für Musik (HfM) Freiburg. Sie unterrichtet dort das Fach Musikphysiologie und forscht zu praxisorientierten Fragen der Musikpsychologie und Musikphysiologie.

Sie studierte an der HfM und der Universität Freiburg Lehramt mit den Fächern Musik und Germanistik und im Masterstudiengang Musik Liedgestaltung. Sie arbeitete als Gesangskorrepetitorin an der HfM Freiburg und absolvierte ihr Referendariat als Gymnasiallehrerin am Schiller-Gymnasium in Offenburg.

Anna Immerz war viele Jahre als Klavierpädagogin und Chorleiterin im Freiburger Raum tätig und ist gefragte Korrepetitorin diverser Chöre.

Ihre Promotion zur Dr. phil. schrieb sie zum Thema „Stimme von Musiklehrkräften“ und erhielt 2020 den Universitätslehrpreis der Albert-Ludwigs-Universität Freiburg für die Entwicklung eines Blended-Learning-Angebots „Gesundheitsförderung und Stimme“.



**Erika
Uggowitzer**

Graz (A)

erika.uggowitzer@gmx.at

www.erikauggowitzer.com



**Vortrag
Fr, 14:30 Uhr**

Musikinstrumente für Linkshänder_innen - braucht das jemand? Erika Uggowitzer

Erfahrungsbericht anhand einer Selbststudie durch Umschulung von Rechts- auf Linksquerflöte

Händigkeit ist angeboren. Sie entsteht in den corticalen Netzwerken, die für die motorische Steuerung unserer Arme und Hände verantwortlich sind und das schon vor der Geburt. Circa ab dem zwölften Lebensmonat kann beobachtet werden, welche Hand die dominante ist. Immer noch werden Kinder bewusst oder unbewusst in ihrer Händigkeit beeinflusst.

Eine zwangsweise Umschulung der Schreibhand wird als der massivste unblutige Eingriff in das Gehirn bezeichnet und gilt als Körperverschwendung. Schwerwiegende gesundheitliche Konsequenzen können die Folge sein.

Wie das Schreiben ist auch das Musizieren eine höchst komplexe Tätigkeit, für die die Koordination unterschiedlichster Gehirnareale nötig ist. Abgesehen von Bewegung geht es um Erfassung, Sensorik, Kreativität, Gefühl, Selbstwahrnehmung, Selbstbewusstsein, uvm.

Warum also sollten mögliche Auswirkungen der Umschulung beim Schreiben - wie Überforderung, Haltungs- und Motorikprobleme, Konzentrations- und Gedächtnisstörungen, Unsicherheit... - ausgerechnet beim Spielen auf Musikinstrumenten keine Rolle spielen? Nahezu alle Instrumente sind für Rechtshänder_innen konzipiert. Auch Kinder, deren Händigkeit klar links ist, werden zum Musizieren wie selbstverständlich umgeschult. Zu welchem Preis? Der Umstieg auf ein Links-Instrument, der im Vortrag anhand der Querflöte beschrieben wird, offenbart die Unterschiede. Es wird deutlich, wie grundlegend anders Musizieren sich anfühlen kann, wie Dinge plötzlich selbstverständlich werden, die vorher viel Arbeit und Anstrengung gekostet haben. Es ist ein Gefühl von heim- und ankommen voller Aha- Erlebnisse auf körperlicher und psychischer Ebene.

Der Weg der Umschulung wird teilweise unterschiedlich erlebt. Allen gemeinsam ist, dass es Aufwand bedeutet, der vermieden werden kann, wenn Kinder von Anfang an händigkeitsgerechte Instrumente bekommen. Überlastungen seelischer und körperlicher Natur können so vermieden werden.

Studium an der Kunstuniversität Graz (Konzertfach und Instrumentalpädagogik Querflöte), Diplomarbeit 'Aspekte des Körperbewusstseins bei Flötisten' (Beschäftigung mit Logopädie im Bezug auf ihre Relevanz für Bläser_innen), Leiterin einer Ausbildungsklasse für Querflöte an der Ulrich-von-Liechtenstein-Musik- und Kunstschule Judenburg

Intensive Auseinandersetzung mit Körper- und Atemtechniken, Atem-Coach

Autorin des für Linksspielende angepassten Unterrichtswerkes querflötenmusik Band 1 und 2 nach der GANZ in der Musik®-Methode zur ganzheitlichen Musikvermittlung

Ausbildung zur Ganzheitlichen Händigkeitsberaterin

Referentin im Rahmen der Fortbildungsveranstaltungen für Instrumentalpädagog_innen in verschiedenen Bundesländern Musikalisch in den unterschiedlichsten Genres tätig



**Patrick
Mocker**

Wien (A)

patrickmocker@gmail.com

www.stresstraining.at



**Workshop
Fr, 14:45 Uhr**

Hochleistung trotz Akutstress **Patrick Mocker**

Der Alltag einer Musiker*in ist geprägt von hohem Leistungsdruck. Daher ist es wichtig, in herausfordernden Situationen wie zum Beispiel einem Konzert das volle Potential abrufen zu können.

Wird in einer so hohen Grundanspannung eine Höchstleistung gefordert, ist es wahrscheinlich, dass dies zu einem punktuell sehr hohen Stress und als direkte Folge zu einer deutlich erhöhten Fehleranfälligkeit führt.

Möglichen Fehlern, die in Zusammenhang mit so genanntem Hochstress entstehen, kann jedoch gezielt entgegengewirkt werden. Mitglieder von Spezialeinheiten trainieren täglich, mit solchen Belastungen umzugehen. Moderne Erkenntnisse aus der Psychologie und dem Hochleistungssport bilden die Basis für ein effektives Stressmanagement. Dabei ist es wichtig, dass der Stress nicht als Gegner angesehen wird sondern als Verbündeter. Ohne Stress ist der Mensch nicht in der Lage, sein volles Potential auszuschöpfen.

In dem kurzweilig gestalteten Workshop erfahren die Teilnehmer*innen, wie der Mensch in Akutstresssituationen funktioniert. Inhalte über den Zusammenhang zwischen Erregungsniveau und Leistungsfähigkeit, Kahnemanns System 1&2 und wieso wir im Stress besser unserer Intuition folgen sollten, werden präsentiert. Aktuelle Erkenntnisse im Umgang mit kognitiv herausfordernden Anforderungen sowie eigene Erfahrungen fließen mit ein. Abgerundet wird der Workshop mit einigen praktischen Übungen aus dem Hochleistungssport, welche die Teilnehmer*innen erfahren lassen, dass Stresstraining auch Spaß machen kann.

Der Umgang mit akutem Stress ist für Patrick das zentrale Thema. Wenn es nach ihm geht, ist Stress kein negativer Zustand. Denn wer gelernt hat, diesen für sich zu nutzen erkennt, dass ohne Stress keine Höchstleistung möglich ist.

Bewusstes regelmäßiges Sich-Aussetzen an akut hohen Stress hat aus Patrick das gemacht, was er heute ist: High Performance Coach und Experte für Stressmanagement. Dieses Wissen gibt er in seinen Vorträgen und Workshops an aufmerksames Publikum weiter.

- Business Continuity Manager bei den Barmherzigen Brüdern Österreich
- Langjährige Erfahrung als Einsatzbeamter und Ausbilder einer polizeilichen Spezialeinheit
- abgeschlossenes Studium Integriertes Sicherheitsmanagement (FH Campus Wien)
- Seit 2023 Masterstudium Integriertes Risikomanagement (FH Campus Wien)
- Life Kinetik® Trainer
- eleMental-Coach



**Anna-Maria
Niemand**

Wien (A)

anna-maria.niemand@univie.ac.at



**Workshop
Fr, 14:45 Uhr**

Atempädagogische Intervention rund um die Performance – Wie die Atmung vor, während und nach dem Musizieren gezielt eingesetzt werden kann **Anna-Maria Niemand**

Die musikalische Performance ist ein hochkomplexer und multisensorischer Prozess. Doch der Performanceprozess ist nicht auf die musikalische Darbietung begrenzt, sondern umspannt weitaus mehr, wie beispielsweise das Erlernen der Stücke, die Entwicklung der eigenen Interpretation und – je nach Ensemble – auch die koordinierte Interaktion mit den Co-Performenden.

In allen diesen Prozessen ist die Atmung der Musizierenden aktiv, auch wenn sie nicht unbedingt der Tonproduktion dient und auch nicht immer gezielt von den Musizierenden gesteuert wird, denn: Die menschliche Atmung dient zuallererst metabolischen Vorgängen, die die Versorgung der Körperzellen mit Sauerstoff gewährleisten. Wir Menschen können allerdings die Atmung bis zu einem bestimmten Maß regulieren und steuern, was beispielsweise beim Sprechen, Singen oder auch während des Tauchens im Wasser geschieht. Über die bewusste Zuwendung zur Atmung und der Lenkung der Aufmerksamkeit auf die Intensität oder die zeitliche Abfolge der Atemzüge kann mittels gezielter Interventionen an der Atmung im Kontext der Performance kommuniziert, reguliert und interpretiert werden.

In diesem Workshop werden unterschiedliche Anwendungsfelder und praktische Übungen hinsichtlich der Atmung im Umfeld der Performance besprochen und ausprobiert. Besonderes Augenmerk wird hierbei auf die selbstständige Befähigung der Teilnehmenden hinsichtlich des Erkennens möglicher Anwendungssituationen im eigenen Musizier-Alltag sowie dem selbstständigen Durchführen von Atemübungen und Interventionen gelegt, um Wohlbefinden und Performance positiv zu beeinflussen.

Anna-Maria Niemand ist Musikwissenschaftlerin und arbeitet auf dem Gebiet der Musikpsychologie und -physiologie sowie der Musikgeschichte. Sie verfasst ihre Dissertation zum Thema Atmung während des Musizierens an der MDW. Sie schloss ihr Masterstudium an der Universität Wien mit Auszeichnung ab und erhielt einen Preis für ihre Masterarbeit zum Thema „Körperpositionen von SängerInnen und ihren stimmlichen Fähigkeiten auf der Opernbühne“.

Darüber hinaus absolvierte sie postgraduale Lehrgänge in Atempädagogik und Musikphysiologie und arbeitete als wissenschaftliche Mitarbeiterin in Projekten zur Performance Science und zur Erforschung von Musik in Printmedien des 19. Jahrhunderts.



**Camilla
Kapitza**

Osnabrück (D)

c.kapitza@hs-osnabrueck.de

www.hs-osnabrueck.de



**Vortrag
Fr, 14:45 Uhr**

Physiotherapeutische Diagnostik und Management von Musiker_innen mit Einklemmungsneuropathien.

Camilla Kapitza

Einklemmungsneuropathien sind eine häufige Pathologie bei Instrumentalist_innen mit einer Inzidenz von 4 % bis 48 %. Das Karpaltunnelsyndrom (KTS), das Kubitaltunnelsyndrom und das Thoracic-Outlet-Syndrom scheinen die häufigsten Einklemmungsneuropathien zu sein.

Elektrodiagnostische Tests stellen eine geläufige Art der Diagnostik bei Einklemmungsneuropathien dar, können allerdings trotz bestehender Problematik völlig normal ausfallen. Dies kann darauf zurückgeführt werden, dass dieser diagnostische Test ausschließlich dickmyelinisierte Fasern (z. B. a-beta und motorische Fasern) untersucht, diese aber nur etwa 20 % eines peripheren Nervs ausmachen.

Aktuelle Erkenntnisse zeigen, dass Funktionsstörungen der dünnmyelinisierten Nervenfasern bei peripheren und proximalen Einklemmungsneuropathien häufig vorkommen. Veränderungen im somatosensorischen Profil (Funktionsverlust und/oder -gewinn) der verschiedenen Nervenfasern sind zentrale Anzeichen für eine Nervenschädigung und können durch eine umfassende klinische sensorische Untersuchung festgestellt werden. Die klinische Präsentation einer Einklemmungsneuropathie kann zusätzlich eine erhöhte Mechanosensitivität des Nervensystems aufzeigen - auch dieses Phänomen sollte in einer körperlichen Untersuchung eingeschlossen werden, um ein umfassendes funktionelles Bild des Musizierenden zu erheben.

Dieser Vortrag vermittelt aktuelle Kenntnisse zum Thema Einklemmungsneuropathien am Beispiel des Karpaltunnelsyndroms. Es wird ein diagnostischer Ansatz für KTS und andere Nerveneinklemmungsprobleme bei Musiker_innen vorgestellt und ein Ausblick in das Management von Musiker_innen mit Einklemmungsneuropathien gegeben.

Camilla Kapitza ist Physiotherapeutin, Doktorandin an der Universität zu Lübeck und der Hochschule Osnabrück sowie Dozentin im Masterstudiengang "Musculoskeletale Therapie - OMPT" an der Hochschule Osnabrück. Sie arbeitet als Physiotherapeutin am Institut für angewandte Physiotherapie Osnabrück (INAP/O) mit vorwiegend orthopädischen und künstlerischen Patient_innen. Ihre klinische Expertise liegt in der Behandlung verschiedener neuromuskuloskelettaler und performance-bedingter muskuloskelettaler Störungen.

Im Rahmen ihrer Promotion beschäftigt sie sich mit dem Thema der Beurteilung und Klassifizierung von Personen mit nackenbedingten Armschmerzen. Ihre Promotion wird durch ein Stipendium für Nachwuchswissenschaftler der Hochschule Osnabrück unterstützt.



Sophia Klinke
Frankfurt am Main (D)
charly ffm@hotmail.de
linksgespielt.de/sophiaklinke



Vortrag
Fr, 14:45 Uhr

Zur unterschätzten Rolle der Händigkeit beim Musizieren Sophia Klinke, Christine Vogel

Die Spielrichtung von Musikinstrumenten ist besonders im klassischen Bereich streng genormt. Obgleich Menschen unterschiedliche physiologische und laterale Voraussetzungen mitbringen, hat sich bei der Haltung und Spielweise der Instrumente eine einzige Möglichkeit durchgesetzt, die bis heute selten hinterfragt wird: die konventionell rechtshändige.

Dabei gilt beim Musizieren genau wie bei Alltagstätigkeiten, dass die beiden Hände aufgrund der angeborenen Lateralität von Natur aus einer bestimmten Aufgabenverteilung unterliegen, die ergonomische wie ökonomische Bewegungsabläufe begünstigen: Eine Hand ist für vorbereitende, haltende Tätigkeiten zuständig, damit die andere als dominante Hand mit Kraft und Präzision die Bewegung ausführt.

Dies spiegelt sich beim Spielen verschiedener Musikinstrumente, z. B. bei Streichinstrumenten, wo die Finger der Greifhand den Ton vorbereiten, indem sie die Saite an einer bestimmten Stelle aufs Griffbrett drücken, damit die Bogenhand den Klang erzeugen, formen und die Emotionen der Spielenden hörbar machen kann. Beide Hände haben motorisch-kognitiv höchst Anspruchsvolles zu leisten. Dennoch ist es der Bogenarm, der die Musik zum Klingen bringt, nach außen trägt und die musikalische Verbindung zum Publikum herstellt. So gibt es kaum ein Orchesterinstrument, bei dem sich die konventionelle Händeverteilung nicht auf die gesellschaftlich dominierende Rechtshändigkeit zurückführen lässt.

Wie aber geht es Linkshändigen, die ihr Instrument entsprechend dieser Konvention erlernen? Von welchen Hürden und Schwierigkeiten berichten Schüler_innen, Amateurmusiker_innen und Profis? Und warum ist das Thema nicht besser erforscht und längst in allen Orchestern angekommen, wenn doch viele Betroffene davon berichten, dass sich Musizieren entsprechend der Händigkeit auf mentaler, emotionaler und körperlicher Ebene positiv auswirkt?

In unserem Vortrag beleuchten wir Händigkeitsaspekte verschiedener Instrumente aufgrund ihrer physiologischen Anforderungen und geben einen Einblick in musikpädagogische Erfahrungsberichte, bisherige Forschungen und Perspektiven.

Sophia Klinke studierte Violine an der Hochschule für Musik, Theater und Medien Hannover und am Pariser Konservatorium (CNSMDP). Sie war Praktikantin im MDR-Sinfonieorchester Leipzig und Stipendiatin der Albert-Eckstein-Stiftung, unterrichtete Violine an der Musikschule Friedrichsdorf und ist ausgebildete elementare Musikpädagogin.

Erst nach Ende des Studiums entdeckte sie ihre „verkappte“ Linkshändigkeit und erlernt seitdem das Violinspiel auf einer Linkshändervioline.

Im Rahmen von „Linksgespielt e.V.“ ist sie mit ihrer Kollegin Christine Vogel für Vorträge und Workshops im deutschsprachigen Raum unterwegs.



**Michaela
Moratelli**

Wien (A)

michaela.moratelli@chello.at

www.michaela-moratelli.com



**Workshop
Fr, 14:45 Uhr**

Bewusster, selbstfürsorglicher Umgang mit Sprache Michaela Moratelli

Jedes Wort wirkt!

Und es liegt an uns, wie wir sprechen und welche Worte wir verwenden.

Es gibt eine Sprache, die unseren „Body-Mind“ nährt und aufbaut. Es gibt aber auch eine Sprache, die Kraft kostet und uns emotional hinunterzieht.

Die Art, wie wir mit uns selbst und mit anderen sprechen, sagt etwas über unsere innere Haltung und unsere Beziehung zu uns selbst und zueinander aus.

Bei mir ist derzeit alles im Umbruch.

Bei mir ist vieles in Bewegung gekommen.

Ein Bruch zerstört etwas.

Bewegung bringt Entwicklung.

Musiker_innen sehen es als ihre Aufgabe, Welten zu erschaffen, in die ihr Publikum eintauchen, sich dort erholen und von denen es sich inspirieren lassen kann. Das machen sie Tag für Tag mit ihrem präsenten Body-Mind.

Dem eigenen selbstfürsorglichen Umgang wird dabei zu wenig Achtsamkeit geschenkt.

Wenn wir in unserer eigenen Kraft sind, können wir uns für eine andere Welt einsetzen. Selbstfürsorge, ganz pragmatisch betrachtet, fordert von uns Eigenverantwortung, aktiv Balance und Maß zu halten. Wie wäre es, wenn wir uns öfter auf eine bewusste Pause in unserer Sprache einlassen? Das ist ein schöpferischer Beitrag für uns selbst und für unsere Welt.

Ich arbeite mit dem Lingva Eterna Sprach- und Kommunikationskonzept, das sich mit der differenzierten Wirkung der Sprache befasst. Es lenkt den Blick auf die Wirkung von Wortschatz, Grammatik, Sprachmelodie und Sprechgeschwindigkeit. Es erweitert darüber hinaus die Sprachmuster und fördert kommunikative Kompetenz.

Im Workshop wollen wir gängige Redewendungen aus verschiedenen beruflichen und privaten Bereichen aufgreifen. Es werden sprachliche Alternativen dazu angeboten. Die unterschiedliche Wirkung der einzelnen Formulierungen ist unmittelbar spür- und erfahrbar.

Bereits kleine Änderungen der Wortwahl und des Satzbaus ermöglichen den Teilnehmer_innen ein neues Denken, Sprechen und Handeln. Über eine bewusste Verwendung der Sprache bringen Sie mehr Selbstfürsorge und somit Wohlbefinden, Gesundheit und Freude in Ihr Leben.

Mag. Michaela Moratelli ist Psychotherapeutin und Klinische Psychologin mit den Schwerpunkten Katathym Imaginative Psychotherapie (KIP), Autogene Psychotherapie (ATP), Eye Movement Integration (EMI) und Integrative Bewegte Traumatherapie (IBT).

Sie bietet Einzeltherapie, Gruppentherapie und Seminare für Kinder | Jugendliche | Erwachsene an. Ihre psychotherapeutischen Methoden sind dialogische Verfahren, bei denen neben dem therapeutischen Gespräch mit inneren Bildern bzw. mit Bewegung gearbeitet wird. Sie hat ihre Arbeit um das Sprach- und Kommunikationsmodell Lingva Eterna erweitert.

„Ich erlebe wunderbare Veränderungen in meinem eigenen Sprachgebrauch und in meinem persönlichen und beruflichen Umfeld. Jedes Wort hat eine Wirkung und schafft so seine eigene Wirklichkeit. Ich möchte Sie zu dieser Erfahrungsreise einladen“.



**Elsa
Campbell**
Wien (A)
campbell@mdw.ac.at



Vibroakustische Therapie – fühlbare Musik mit Applikationen für physiologische und psychologische Gesundheit

Elsa Campbell

Vibroakustische (VA) Therapie ist die Anwendung fühlbarer Tieffrequenzen zwischen 20-120 Hz und Musik-Zuhören als Teil einer therapeutischen Beziehung. Typische Anwendungsbereiche reichen von Kindern mit Entwicklungsstörungen bis zu Erwachsenen mit Demenz. VA Therapie ist ein rezeptiver Ansatz der Musiktherapie, der typischerweise ohne aktives Musizieren erfolgt, aber trotzdem als Teil einer therapeutischen Beziehung angeboten wird. In der Forschung werden hauptsächlich 40 Hz untersucht und angewendet, mit Erfolg im Bereich der Demenz und Parkinson, aber auch z.B. mit Fibromyalgie-Patient_innen bzw. mit Krankheiten oder Syndromen, mit denen andere Therapieformen eher weniger wirksam sind.

Diese Musiktherapie-Methode wurde in den 1980ern in Norwegen (Olav Skille) und Finnland (Petri Lehtikoinen) und weiter in den USA (Kris Chesky) und im UK (Tony Wigram) entwickelt. Wegen der verschiedenen Ebenen der VA Therapie, nämlich fühlbarer Vibration, auditiver Musik und therapeutischer Beziehung, werden sowohl physiologische als psychologische Aspekte der Person berücksichtigt.

VA Therapie repräsentiert und erweitert die Verbindungen zwischen Musik, Körper, Gehirn und Interaktion. Patient_innen berichten von körperlicher und psychischer Entspannung, Schmerzlinderung, verbesserter Schlaf- und Lebensqualität, gesteigerter Körperwahrnehmung und reduziertem Stress. In Finnland wurde VA Therapie seit mehr als 30 Jahren im Seinäjoki Zentralkrankenhaus als Teil der spezialisierten Rehabilitation bzw. in Kollaboration mit Physiolog_innen, Schmerzpsycholog_innen, Musiktherapeut_innen, Ergotherapeut_innen und Physiotherapeut_innen verwendet, um Rehabilitationsziele zu erreichen. Symptome oder Krankheiten dieser Patient_innen wie z.B. funktionelle neurologische Störungen oder chronische Schmerzen sind mit Medikamenten schwer zu behandeln. Dadurch, dass die VA Therapie eine Wirkung auf psychologischer und physiologischer Ebene auslöst, reflektiert sie die Komplexität der Körper-Geist-Verbindung und unterstützt die Bearbeitung vielschichtiger Themen.

Videobeispiele der VA Therapie werden im Rahmen einer Präsentation ihres Potenzials für Musizierende gezeigt. Die Intersektionalität der VA Therapie für die Gesundheit von Musizierenden als physikalischer und psychologischer Ansatz der Musiktherapie sowie als technologiebasierte Musiktherapie-Methode diskutiert.

Ass.-Prof.in Dr.in Elsa Campbell ist seit Mai 2023 am Institut für Musiktherapie an der mdw - Universität für Musik und darstellende Kunst Wien sowie als Leitung des WZMF - Wiener Zentrum für Musiktherapie-Forschung tätig. Sie hat Musik (Klarinette) und Deutsch an der Maynooth University, Irland, studiert und Master und Doktorat im Fach Musiktherapie an der University of Jyväskylä in Finnland gemacht.

Sie ist seit 2015 Koordinatorin des Vibrac Centre for Vibroacoustic Therapy and Research in Finnland und Mitwirkende beim Centre for Evidence-based Education and Arts Therapies, Olomütz, Tschechien. Sie war wissenschaftliche Mitarbeiterin an der Technischen Hochschule für Angewandte Wissenschaften Würzburg-Schweinfurt (THWS) Nov. 2019-Jan. 2020 und Lehrbeauftragte seit 2020.

Als Musiktherapeutin und Forschungsprojektleiterin war sie bei Caritas Ettlingen in Deutschland 2020 -2023 angestellt.



Christine Vogel
Frankfurt am Main (D)
linksgespielt@gmail.com
www.linksgespielt.de



Neubeginn mit links: Positive Auswirkungen händigkeitsbedingter Umlernprozesse bei professionell Musizierenden im klassischen Bereich **Christine Vogel, Sophia Klinke**

Fingerverletzungen, anatomische Einschränkungen, Überlastungssymptome... – Gründe, ein Instrument »andersherum« zu spielen, als es die Norm vorsieht, gibt es seit Jahrhunderten. Waren es in der Vergangenheit die genannten Ursachen, die professionell Musizierende zu einem grundlegenden Umlernprozess auf die andere Seite zwangen, so verbreitet sich in den letzten Jahrzehnten eine weitere Motivation für diesen radikalen Einschnitt in die Musikkarriere: die Auseinandersetzung mit der eigenen Linkshändigkeit und das Gefühl, sich mit der konventionellen Händerverteilung am Instrument nicht hinreichend ausdrücken zu können. Damit einher gehen oft eine andauernde Suche nach Stimmigkeit beim Musizieren sowie diverse weitere physische und psychische Symptome.

So verschieden die Gründe im Einzelnen sind: jedem Umlern-Entschluss geht ein intensiver Entscheidungsprozess voraus, oft verbunden mit großem Leidensdruck – zumal Verlauf und Ausgang des Unterfangens ungewiss sind.

Es geht schließlich darum, ein jahrzehntelang und oft seit der Kindheit vertrautes Instrument nochmals grundlegend neu zu erlernen – mit dem Wissen und Gehör eines Profis, aber der Motorik auf Anfangsniveau.

Wer ein solches Umlernen in Betracht zieht, hatte noch vor wenigen Jahren Schwierigkeiten, überhaupt aussagekräftige Informationen und Erfahrungsberichte zu finden. Bis heute fehlt es massiv an Forschungsarbeiten auf diesem Gebiet.

Durch das Online-Projekt »Linksgespielt« steht nun eine internationale Erfahrungssammlung aus dem Profi- und Amateurbereich zur Verfügung, die für diesen Vortrag ausgewertet wurde. Parallelen in den Berichten lassen nicht nur grobe Einschätzungen zur Dauer professioneller händigkeitsbedingter Umlernprozesse an verschiedenen Instrumenten zu, sondern dokumentieren auch instrumentenübergreifend positive Veränderungen auf mehreren Ebenen. Diese umfassen Aspekte zu Körpergefühl, Atem, Ausdrucksfähigkeit, Rhythmusicherheit und Klangfarbenreichtum beim eigenen Musizieren, aber auch Veränderungen in der Wahrnehmung, etwa beim Musikhören.

Christine Vogel studierte Musikwissenschaft an der Martin-Luther-Universität Halle-Wittenberg, der Universität Leipzig sowie an der Hochschule für Musik und Theater Leipzig, wo sie 2018/19 als Lehrbeauftragte unterrichtete. Weitere Studiengänge absolvierte sie in den Fächern Viola da gamba und historischer Kontrabass an der Hochschule für Musik und Darstellende Kunst Frankfurt am Main.

Neben einer breitgefächerten Konzerttätigkeit ist sie als Musikpädagogin an verschiedenen (Musik-)Schulen tätig und arbeitet als Dramaturgin unter anderem für das »Musikfest Eichstätt« und die deutschsprachige Viola-da-gamba-Gesellschaft.

Wissenschaftliche Vorträge hielt sie z. B. an der Universität Graz, der Universität Mozarteum Salzburg, der HfMDK Frankfurt und im Händelhaus Halle.

2021 gründete sie mit Sophia Klinke die Initiative »Linksgespielt«, die Erfahrungen professionell linkshändig Musizierender auf der ganzen Welt zusammenträgt, auswertet und öffentlich zugänglich macht.



**David
Snowdon**

Osnabrück (D)

david.snowdon@hs-osnabrueck.de

hs-osnabrueck.de/thebea/team



**Vortrag
Fr, 15:15 Uhr**

Kinematische Bewegungsanalyse für die klinische Beurteilung spielbedingter muskuloskelettaler Beschwerden bei Schlagzeuginnen und Schlagzeugern **David Snowdon, Dirk Möller, Mathias Reiser**

Spielbedingte muskuloskelettale Beschwerden (engl.: playing-related musculoskeletal disorders = PRMDs) stellen ein erhebliches Gesundheitsproblem für Schlagzeuginnen dar. Die Prävalenz auftretender Symptome ist in der oberen Extremität am höchsten, gefolgt von Beschwerden im unteren Rücken und der unteren Extremität. Forschung zur Kinematik beim Schlagzeugspiel beschränkte sich meist auf die obere Extremität und motorische oder leistungsbezogene Fragestellungen. Wenige Studien untersuchten mögliche Ursachen von PRMDs in der 3D-Kinematik. Daher besteht ein Mangel an Bewegungsanalyseprotokollen zur Bewertung von PRMDs bei Schlagzeuginnen in klinischen Kontexten wie der Physiotherapie.

Ziel ist es, die Entwicklung und Evaluierung eines Bewegungsanalyseprotokolls zur Bewertung der funktionellen Bewegungen des Ober- und Unterkörpers unter Schlagzeug-spezifischen Bedingungen während des Instrumentenspiels in einer klinischen Umgebung vorzustellen. Das Protokoll zielt darauf ab, den physiotherapeutischen Befunderhebungsprozess von PRMDs zu unterstützen.

Die methodische Umsetzung erfolgte durch die Verknüpfung eines optoelektrischen Messsystems für den Oberkörper und eines inertialen Messsystems für den Unterkörper. Erforderliche Kalibrierungs- und Bewegungsaufgaben für die funktionelle Untersuchung wurden spezifiziert. Das Protokoll wurde an acht Schlagzeuginnen getestet und die Daten im Hinblick auf die klinische Anwendbarkeit ausgewertet.

Die meisten Rotationswinkel wiesen eine angemessene Variabilität zwischen den Probanden auf, mit Ausnahme der Halswirbelsäule, des Ellbogens und der Hüftgelenke. Reproduzierbare Winkelverläufe zeigten sich vorwiegend in der oberen Extremität, Brust- und Lendenwirbelsäule sowie der rechten unteren Extremität.

Die Ergebnisse legen nahe, dass objektive Parameter ausgewertet und funktionelle Bewegungen während des Schlagzeugspiels quantifiziert werden können. Die Evaluation deutet darauf hin, dass nicht alle gemessenen 3D-Kinematiken reliable Winkel-Zeit-Verläufe für eine klinische Analyse produzieren. Das entwickelte Protokoll kann den physiotherapeutischen Befunderhebungsprozess zusammen mit einem prä-post-interventionellen Vergleich sowie die Erforschung biomechanischer Ursachen von PRMDs bei Schlagzeuginnen unterstützen.

Seit 2023: Wissenschaftlicher Mitarbeiter Hochschule Osnabrück – Fakultät Wirtschafts- und Sozialwissenschaften (DE), Forschungsprojekt „THEBEA Therapie-Begleitung und -Analyse für Orthopädie und Unfallchirurgie“

2023: MSc Biomechanik-Motorik-Bewegungsanalyse – Justus-Liebig-Universität Gießen (DE)

2022-2023: Wissenschaftliche Hilfskraft Hochschule Osnabrück - Fakultät Wirtschafts- und Sozialwissenschaften (DE), Forschungsprojekt „RefLabPerform - Referenzlabor zur Beurteilung von neuromuskuloskelettalen Erkrankungen bei darstellenden Künstler_innen“

2019-2021: Physiotherapeutische Tätigkeit (Münster & Osnabrück, DE)

2019: BSc Duales Studium Physiotherapie – Hochschule Osnabrück & Prof. Grewe Schule Osnabrück (DE)



**Heidi
Schneider**
Waakirchen (D)

heidi@hejosch.de
linksgespielt.de



Vortrag
Fr, 15:15 Uhr

Händigkeit und Klavierspiel **Heidi Schneider**

Spielt Händigkeit beim Musizieren am Klavier eine Rolle? Und falls ja, welche?

Es gibt linkshändige Musiker_innen, die das Klavierspiel an der heute üblichen Tastatur perfekt beherrschen. Welchen Preis zahlen sie dafür?

Es gibt Klavierliebhaber_innen, die das Klavierspiel an der heute üblichen Tastatur nur sehr eingeschränkt und manchmal auch gar nicht erlernen können.

Es würde sich lohnen, diese Phänomene gründlich zu erforschen. Das würde im Anfänger_innen-Bereich möglicherweise die Zahl der Spieler_innen deutlich reduzieren, die den Klavierunterricht nach kurzer Zeit wieder beenden.

Händigkeit aus medizinischer Sicht: Was wissen wir? Was vermuten wir? Warum kennen wir den Erbgang der Händigkeit und damit die zahlenmäßige Verteilung in der Bevölkerung nicht?

Worauf hat Händigkeit einen Einfluss im Alltag und in der Musik?

Es ist noch wenig bekannt, dass die Fehlbenutzung der Hände zu chronischer Krankheit beiträgt, wo Jahrzehnte später keiner mehr daran denkt, dass dieses Phänomen dazu beigetragen hat.

Auf der Internetseite linksgespielt informieren heute extrem gut linkshändige Expert_innen über händigkeitsgerechtes Musizieren. Ebenso die Bücher von

* Walter Mengler: Musizieren mit Links,

* Thomas Bittner: Linkshänder am Schlagzeug / The Left-Handed Drummer

* Andrea Arnoldussen: Händigkeit und Instrument

Durch meine eigenen Erfahrungen und Beobachtungen an anderen seit 2012 ist es eine große Vision von mir, das Klavier mit der gespiegelten Tastatur an allen musikalischen Bildungseinrichtungen ganz selbstverständlich für linkshändige Musiker_innen zu verwenden.

Mangeot-Piano: gespiegelte Tastatur von 1878

Wie lässt sich der Unterricht linkshändiger Kinder derzeit am Klavier optimieren?

Über Instrumentenbeschaffung informiert immer aktuell die Internetseite: linksgespielt

Seit 1991 approbierte Ärztin nach dem Studium an der FSU Jena.
Schwerpunkte: Erkennung und Beseitigung von Krankheitsursachen, Gesundheitsprophylaxe.

Seit 2001 Beschäftigung mit Lernprozessen, Lerngeschwindigkeiten (Hochbegabung + Lernstörungen), Körperlernen und Gehirphysiologie

15 Jahre Erfahrung mit Anfängerklavierunterricht von Dorfkindern

Seit 2012 Beschäftigung mit der Rolle der Händigkeit im Alltag, beim musikalischen Lernen sowie bei der Entstehung von chronischer Krankheit.

Elf Jahre Selbstversuch mit der gespiegelten Klaviatur am Klavier.

Entwürfe von Klaviatursplittungen am E – Piano, damit rechts – und linkshändige Kinder an einer elektronischen Klaviatur gemeinsam in der Familie vierhändig spielen können.

Veröffentlichungen in der Piano News und auf der Seite linksgespielt im Internet.



**Judith
Rudman**

Graz (A)

physiohoch3@gmail.com



**Workshop
Fr, 15:45 Uhr**

Fluids and the Flow of Music **Judith Rudman**

Unser Körper besteht - je nach Lebensalter - durchschnittlich zu 60 -75 % aus Wasser. Wasser ist der Ursprung unseres Lebens hier auf der Erde, äußerlich wie auch innerlich.

Die Körperflüssigkeiten unterstützen in ihrer Physiologie als Transportsystem Präsenz und Transformation sowie einen mühelosen Dialog zwischen Anspannung und Entspannung, Ruhe und Aktion. Leichtigkeit, Kontinuität, ein spielerischer Umgang mit Widerständen, Grenzen und Raum und klare Intention nähren als spezifische Qualitäten auch den künstlerischen Ausdruck. So drückt sich jede einzelne Körperflüssigkeit („Body“) auch in einem ganz persönlichen künstlerischen Stil („Mind“) aus. Manchmal wird dieses mühelose Musizieren auch als „Flow- Zustand“ wahrgenommen.

In diesem Workshop lade ich euch/Sie ein, mit mir gemeinsam exemplarisch den „Body-Mind- Dialog“ zwischen Blut und cerebrospinaler Flüssigkeit zu erforschen. Hierbei werden Methoden aus der somatischen Körperarbeit des Body-Mind-Centering (R) (geführte Meditation, Visualisation, geführte Bewegung, Somatisation, Vokalisation/Sounding, Berührung und verbaler Austausch in der Gruppe) verwendet.

Eine somatische Körperarbeit vertraut vor allem in die uns allen zugrundeliegende Intelligenz des Körpers. Für die Teilnahme am diesem Workshop sind insbesondere Offenheit, Neugierde sowie Improvisations- und Experimentierfreude willkommen. Vorerfahrungen in anderen somatischen Körperdisziplinen (Yoga, Feldenkrais, Qi Gong, Authentic Movement, Contact Improvisation...) sind von Vorteil, aber nicht zwingend erforderlich.

Genauere Informationen zur somatischen Körperarbeit „Body-Mind-Centering“ finden Sie hier: www.bodymindcentering.com

- Physiotherapeutin seit 2009 (FH Joanneum Graz: Bachelorarbeit im Bereich Musiker_innen-Medizin)

- Berufliche Erfahrungen in Kur und Rehabilitation mit den Schwerpunkten Pulmologie, Orthopädie/ Traumatologie sowie Neurologie/Geriatrie

- derzeit angestellt an einer privaten Rehabilitationsklinik im Raum Graz
- laufende physiotherapeutische Fortbildungen
- 2016 bis 2022 mehrjährige internationale Ausbildung zum zertifizierten Somatic-Movement-Educator in der Methode des Body-Mind-Centering (R)
- 2021 bis 2022 Ausbildung zur zertifizierten Yoga-Lehrerin (YAA-300h) an der Yoga-Akademie-Austria

- Ordentliches Mitglied der Österreichischen Gesellschaft für Musik und Medizin (ÖGfMM)

- 2013 bis 2021 Ausbildung am J.J.-Fux-Konservatorium Graz inklusive Abschlussprüfung im künstlerischen Hauptfach „Klarinette“ bei Arnold Plankensteiner

- Seit 2013 Mitglied des Masala-Brass-Kollektivs Graz (www.masalabrass.org)



**Patrizia
Melchert**

Wien (A)

office@meddance.at

www.meddance.at



**Keynote
Fr, 16:00 Uhr**

Diagnostik, Therapie und Prävention muskuloskelettaler Überlastungserscheinungen in der Musik

Patrizia Melchert, Cornelia Hartinger-Scheiner

Musiker_innen sind die Hochleistungssportler_innen der Feinmotorik, die bei Proben und Konzerten mit hohen psychischen und physischen Belastungen konfrontiert sind. Um diese vor Krankenständen und Langzeitfolgen zu schützen, sind regelmäßige Gesundheitsuntersuchungen und gezielte Präventionsmaßnahmen essenziell. Sie bilden die Basis, um lange und erfolgreiche Karrieren zu ermöglichen.

Denn 26 bis 93% der Musizierenden berichten im Laufe ihrer aktiven Laufbahn von muskuloskelettalen Verletzungen und Schmerzen, in 50% der Fälle treten sie im Rahmen chronischer Überlastungsschäden auf. Lokalisiert sind diese vorwiegend am Rumpf und an der oberen Extremität. Unterschiedliche Risikofaktoren können die Entstehung solcher Verletzungen begünstigen, wie zum Beispiel die Änderung in Spieldauer und -intensität, repetitive Bewegungen in schlechter Haltung, Hypermobilität, das Gewicht des Instrumentes oder eine verringerte Erholungszeit zwischen Proben. Weiters können auch psychische Faktoren wie Leistungsängste, Perfektionismus oder Stress negativen Einfluss auf die Schmerzentstehung und -qualität haben.

Das Erkennen und Diagnostizieren von Überlastungsschäden stellt das Gesundheitspersonal aber auch Musizierende selbst vor neue Herausforderungen. Ursachenzentrierte Therapiekonzepte und präventive Programme kommen in der Musik häufig zu kurz.

Ziel dieses Vortrages ist es daher, die häufigsten muskuloskelettalen Überlastungsschäden interdisziplinär aus medizinischer und physiotherapeutischer Sicht zu beleuchten sowie berufsbedingte Risikofaktoren herauszuarbeiten und therapeutische Optionen aufzuzeigen. Weiters werden praktische Anwendungsmöglichkeiten bei akuten Problematiken vermittelt und präventive Maßnahmen beschrieben, um so allgemein das Bewusstsein für Prävention in der Musik zu stärken.

Die Inhalte dieses Vortrages umfassen eine Synthese aus der bestehenden wissenschaftlichen Literatur sowie klinische Erfahrungsberichte der Vortragenden.

Zielgruppen dieses Vortrags sind Musiker_innen, Lehrende der Musikbranche, Ärzt_innen und Therapeut_innen, die an einem tieferen Einblick von muskuloskelettalen Beschwerdebildern interessiert sind. Das Erkennen, Diagnostizieren und Management von Überlastungsschäden stehen im Vordergrund, um die physische und psychische Musiker_innengesundheit gewährleisten zu können.

Dr. Patrizia Melchert ist Ärztin für Allgemein- und Sportmedizin und hat sich in ihrer Ordination MEDDANCE in Wien auf die Betreuung von Athlet_innen, Tänzer_innen und darstellenden Künstler_innen spezialisiert. Nach vielen Zusatzausbildungen in der Sport- und Tanzmedizin hat sie ihre Leidenschaften Kunst und Medizin zum Beruf gemacht. Besonders wichtig sind ihr die umfassende, ursachenfokussierte Diagnostik und Therapie von Überlastungserscheinungen, ausreichend Zeit und Verständnis für ihre Patient_innen sowie kreative, interdisziplinäre Therapiekonzepte in Abstimmung mit Trainings- und Probenplänen.

Cornelia Hartinger-Scheiner ist selbstständige Sportphysiotherapeutin in Wien mit dem Schwerpunkt der Betreuung, Rehabilitation und Verletzungsprävention von Athlet_innen und darstellenden Künstler_innen. Seit ihrer Physiotherapie-Ausbildung am FH Campus Wien bildete sie sich kontinuierlich in den Bereichen Tanz, Musik und Gesang fort und schloss 2023 das Masterstudium „Performing Arts Medicine“ am University College London ab.

Website; www.physelia.at Kontakt: therapie@physelia.at



**Cornelia Hartinger-
Scheiner**



**Matthias
Echternach**

München (D)

matthias.echternach@med.uni-muenchen.de

hno.klinikum.uni-muenchen.de



**Keynote
Fr, 16:30 Uhr**

Beethoven zwischen Lyrisch und Dramatischem Gesang, oder – Warum Wagner so schwer zu singen ist. Matthias Echternach

Beethoven stellte in der Musikgeschichte eine besondere Persönlichkeit dar. Für die Gesangsstimme stellt seine Musik häufig eine Brücke vom lyrischen zum dramatischen Gesang, der in der Literatur Wagners seinen Höhepunkt erfährt, dar.

Der Vortrag soll anhand von stimmphysiologischen Studien die Herausforderungen für den dramatischen Gesang am Beispiel Beethovens charakterisieren, die auch in der musikermedizinischen Betreuung von Sänger_innen eine hohe Relevanz haben.

Zum Teil werden zur Erklärung der Physiologie auch hoch innovative Technologien wie Untersuchungen mittels dynamischer Kernspintomographie und Hochgeschwindigkeitskameras, die bis zu 20.000 Bilder pro Sekunde aufnehmen, verwendet.

Matthias Echternach, Univ.-Prof. Dr. med., leitet seit 2018 die Abteilung Phoniatrie und Pädaudiologie des Klinikums der Ludwig-Maximilians-Universität München. Zuvor war er von 2006 bis 2018 am Freiburger Institut für Musikermedizin tätig. 2010 Habilitation, 2012 Ruf auf eine Professur für Musikermedizin an die Hochschule für Musik Hanns Eisler in Berlin (Rufablehnung). 2018 Ruf auf die Professur für Phoniatrie und Pädaudiologie an die LMU München (Rufannahme), 2022 Ruf auf die Professur für Phoniatrie und Audiologie an die Med. Universität Innsbruck (Rufablehnung).

Seine Forschungsschwerpunkte umfassen Einflüsse des Vokaltraktes auf die Stimmregister, Regularität von Stimmregisterübergängen und Lampenfieber bei Sänger_innen.

2009 Wissenschaftspreis der Deutschen Gesellschaft für Musikphysiologie und Musikermedizin, 2010 Gerhard-Kittel-Medaille und 2014 European Phoniatrian Voice Award der Union Europäischer Phoniater.

Echternach erhielt seine erste sängerische Ausbildung im Knabenchor Hannover. Später erhielt er Gesangsausbildung bei Peter Sefcik und Winfried Toll. Derzeitig singt er neben seinen solistischen Tätigkeiten als Tenor in verschiedenen Ensembles wie dem Kammerchor Stuttgart (Frieder Bernius).



**Leonhard
Königseder**

Wien (A)

koenigseder@mdw.ac.at

leonhard-koenigseder.com



**Workshop
Fr, 17:00 Uhr**

Wie du lernst, dich zu fokussieren **Leonhard Königseder**

Musiker_innen wollen im Hier und Jetzt sein. Sie wollen nicht in der Vergangenheit hängen bleiben, wo vielleicht Fehler passiert sind. Sie wollen aber auch nicht ständig daran denken, welche schwierigen Stellen noch alle auf sie zukommen. Daher ist höchste Konzentration auf das Wesentliche während einer Aufführung für Musiker_innen unerlässlich. Nur so können sie ihr Potential abrufen und die Momente auf der Bühne auch genießen. Zudem ist es vor allem in kritischen Momenten wichtig, den Fokus nicht zu verlieren und ihn nicht ausschließlich auf Fehler oder Ungenauigkeiten zu richten. Dies sind wichtige Kompetenzen, die es als Musiker_in zu erlernen gilt und die auch erlernt werden können.

Auch im Übe-Prozess sollten Musiker_innen sich nur auf das Wesentliche konzentrieren. Schließlich gilt es, in möglichst kurzer Zeit Neues zu lernen, und sich stetig zu verbessern. Dies erreicht man nur, wenn nicht Stunde um Stunde gedankenlos musiziert, sondern mit der nötigen Konzentration effizient geübt wird.

In diesem Workshop besprechen wir erprobte Methoden aus dem Musiker_innen-Mentaltraining sowie der Sportpsychologie, die helfen können, in kritischen Momenten den Fokus zu bewahren.

Zudem werden Techniken erläutert, mit deren Hilfe wir es schaffen können, im Übeprozess unsere Ziele nicht aus den Augen zu verlieren sowie die Konzentration aufrecht zu erhalten.

Leonhard Königseder ist Mitglied der Vienna Brass Connection & der Blaskapelle Ceska. Von 2010 – 2022 war er Schlagwerker & stellvertretender Pauker der Grazer Philharmoniker an der Oper Graz.

Leonhard ist zudem Gründungsmitglied des m2kollektivs, einer Plattform, die sich der mentalen & körperlichen Gesundheit von Musikschaaffenden widmet (www.m2kollektiv.com).

Neben seinen Lehraufträgen für mentales Training an der Universität für Musik & darstellende Kunst Wien sowie für Schlagwerk & Drumset an der Universität für Musik & darstellende Kunst Graz arbeitet Leonhard in Einzelcoachings & Workshops mit Musiker_innen & Sportler_innen daran, ihre Effizienz zu steigern, sowie ihr volles Potenzial auszuschöpfen. (www.leonhard-koenigseder.com).



**Ludwig
Kollenz**

Wien (A)

ludwig.kollenz@austrianaudio.com

de.austrian.audio



**Vortrag
Fr, 17:00 Uhr**

Dichotic Band Splitting Revisited **Ludwig Kollenz, Johann Kleinhofer**

Die Kompensation von Hörschäden war bisher medizinisch zugelassenen Geräten (Hörgeräte oder Hörverstärker) vorbehalten. Viele Menschen haben einen leichten Hörschaden, welcher kompensiert werden kann ohne die Notwendigkeit eines Hörgerätes. Deswegen wurde von der FDA die OTC (over-the-counter) Regelung erlassen.

Die Kompensation leichter bis mittlerer Hörschäden durch so genannte Consumer-Elektronik wirft Fragen zu passenden Algorithmen auf. Im Rahmen einer Studie bei Austrian Audio wurde unter Anderem das Verfahren des Dichotic Bandsplitting (Chaudhari & Pandey, IEEE 1998) für OTC Applikationen evaluiert. Ein Sprachsignal wird hierbei in kritische Bandbreiten zerlegt (nach Zwicker) und einem Ohr jedes erste, dem anderen Ohr jedes zweite Band zugeführt. Hintergrund dieser Methode ist der typische Verlauf eines sensorineuralen Hörschadens: zunächst werden die äußeren Haarzellen geschädigt, wodurch die kritischen Bänder sich verbreitern, stark überlappen und Nutzsignal von Störsignal nicht mehr gut getrennt werden kann. Da beim obigen Verfahren nur jede zweite Frequenzgruppe aktiviert wird, kann die beeinträchtigte Frequenzband-Separation kompensiert werden. Durch Zusammenführung der jeweils ipsi- und contralateralen Hörnerven im (jeweiligen) Nucleus Olivaris Superior entsteht ein homogenes Klangbild für den Rezipienten.

Austrian Audio entwickelte einen Hörtest zu diesem Verfahren und führte eine qualitative Studie an 10 Probanden durch. Nach obigen Verfahren prozessierte und unprozessierte Wörter wurden den Probanden bei unterschiedlichen SNR-Werten vorgespielt. Die Probanden mussten das verstandene Wort eintippen und das Hörtest-Programm verglich das verstandene Wort mit dem angespielten. So wurde ein Recognition-Score abgeleitet und der Benefit dieses Verfahrens für den Rezipienten ermittelt. Es zeigt sich für alle Probanden eine Verbesserung durch dieses Verfahren, je schlechter der SNR war. Das bedeutet: für schwierige Umgebungen (Unterhaltung in einem lauten Café) kann dieses Verfahren eine Verbesserung bedeuten. Im Rahmen von OTC-Geräten ist dies von besonderer Bedeutung, da hier eine Hörkompensation ohne zwingende Verstärkung des Signals erfolgen kann. Zusammengeführt mit anderen Algorithmen – insbesondere Active Noise Cancellation – besteht ein größeres Potential einer guten Sprachverständlichkeit.

Ludwig Kollenz studied Systematic Musicology at the University of Vienna.

After finishing with a Master of Arts he started working in the Hearing Aid Industry as developer. Initially tasked with integration on digital signal processors he advanced to Lead Engineer and supervised whole product developments from a Firmware perspective. He was also tasked with development of new and enhancement of existing algorithms. In 202 he switched to Austrian Audio bringing DSP and Hearing Aid know-how to the world of pro-audio applications.

While hearing aids focus on communication, with pro-audio the perspective shifted to low-latency and premium sound. New tasks included assessment of hearing compensation in the field of professional audio as well as active noise cancellation and other relevant fields. Currently he is the Software/ DSP Lead at Austrian Audio.



**Arabella
Hirner**

Salzburg (A)

arabella.hirner@gmail.com



**Workshop
Fr, 17:00 Uhr**

Body-Felden-Mind-krais-Musik

Arabella Hirner

Feldenkrais® verbindet auf unnachahmliche Weise den Körper des Musizierenden mit seinem Gehirn. Dieses ist auf der Suche nach der effizientesten Bewegung, das bedeutet nach einer Bewegung, die, um das angestrebte musikalische Ergebnis zu erreichen, so leicht und anstrengungslos wie möglich ist.

Als Musiker_innen kennen wir alle Stellen im Körper, an denen wir die gewünschte Leichtigkeit der Bewegung oder der Interpretation vermissen, wo wir Schmerz empfinden und beständig nach Alternativen suchen.

Durch die Bewegungen in der Feldenkrais®arbeit nehmen wir Unterschiede in der Bewegungsqualität wahr, durch viele Bewegungsvariationen entstehen Wahlmöglichkeiten. Dabei werden bekannte Muster und Bewegungs-gewohnheiten zerpfückt, durchbrochen und Bewegungen mit Achtsamkeit neu zusammengesetzt. Durch diesen Dialog zwischen Körper und Geist - durch das Auseinandernehmen, Abwägen und neu Zusammenfügen - entsteht eine neue Freiheit im Körper und damit ein neuer Zugang zu unserem Instrument und unserer Ausführung.

Mittel zu dieser Kommunikation zwischen Körper und Gehirn sind bei Feldenkrais®lektionen einfachste, leichteste und anstrengungsloseste Bewegungen, die oft fast absichtslos erscheinen. Nicht die Bewegung selbst steht dabei im Mittelpunkt, sondern die Art und Weise, wie wir sie ausführen. Durch ein sehr langsames Bewegen mit vielen Achtsamkeitsfragen entdecken wir dabei oft Anspannungen, die für die Ausführung nicht nötig sind oder uns sogar hindern, an die wir uns im Laufe unserer Tätigkeit aber gewöhnt haben und die uns nicht mehr bewusst sind. Die Bewusstmachung weckt das Gehirn und unser Nervensystem.

Diese Kommunikation zwischen Körper und Gehirn scheint vielleicht nicht fühlbar, das Resultat aber ist für uns messbar. Unser Gehirn entscheidet sich bei einer Wahlmöglichkeit für den leichteren Weg, die leichtere, anstrengungs-losere Bewegung. Es entsteht mehr Klarheit, eine größere Einfachheit bei der Ausführung und durch eine größere Anstrengungslosigkeit der Bewegungen neuer Raum im Gehirn und im Körper für musikalische Gestaltung.

Für eine Feldenkrais®lektion sind keinerlei Vorkenntnisse nötig, auch bei körperlichen Einschränkungen ist eine Teilnahme möglich.

Arabella Hirner studierte Musik- und Bewegungserziehung am Mozarteum Salzburg und Schlagzeug und Percussion am Sweelinck-Konservatorium in Amsterdam. Sie war bis 2021 als Schlagzeugin Mitglied des oenm-österreichisches Ensemble für neue Musik Salzburg, absolvierte Konzerte in ganz Europa und unterrichtete an der Musikhochschule Detmold Methodik Schlagzeug, Bodypercussion, Musikphysiologie und Feldenkrais®.

An der UdK Berlin absolvierte sie den Zertifikatskurs Musikphysiologie.

Nach der Ausbildung zur Feldenkrais®lehrerin hält sie jetzt Gruppenpräventionskurse ab.

In privater Praxis arbeitet sie in Einzelarbeit vor allem mit Klienten nach Gelenkoperationen, altersbedingten Haltungsproblematiken und Musiker_innen mit akuten Schmerzen.



**Simone
Graf**

Innsbruck (A)

simone.graf@i-med.ac.at



**Vortrag
Fr, 17:15 Uhr**

Laryngeale und pharyngeale Bewegungen beim Inneren Singen **Simone Graf, Carmen Unterhofer**

Zur Schonung des Kehlkopfes wird Stimmruhe verordnet und „inneres Singen“ sollte vermieden werden. Es ist bekannt, dass ähnliche neuronale Aktivität bei Prozessen der Musikvorstellung, Musikwahrnehmung, Vorstellung von Sprache und tonlosem Singen im Vergleich zum aktiven Singen stattfinden (Kleber, Birbaumer, Veit, Trevorrow, & Lotze, 2007). In unserer Studie wurde untersucht, inwieweit diese zentralen neuronalen Aktivitäten auch zu peripheren Bewegungen führen, die endoskopisch nachweisbar sind. Es wurden 30 stimmgesunde Proband_innen flexibel endoskopisch untersucht. 150 Videosequenzen wurden anonymisiert, randomisiert von zwei Fachärzt_innen für HNO und Phoniatrie und Pädaudiologie ausgewertet.

Zum Vergleich zwischen Innerem Singen und Kontrollsituationen wurden fünf Settings untersucht; zwei nichtmusikalische und drei musikalische Aufgaben: In Ruhe, Leises Lesen versus Notenlesen, Melodievorstellung und Gesanghören.

Zur Feststellung des Einflusses der Singerfahrung erfolgte die Einteilung der Stichprobe wie folgt: zehn Nicht-Sänger_innen, zehn Laien-Sänger_innen und zehn professionellen Sänger_innen, jeweils fünf weibliche und fünf männliche Proband_innen.

Die Inter- und Intrareabilität der Rater_innen waren gut. Beim Inneren Singen (Notenlesen, Gesanghören und/oder Melodievorstellung) traten signifikant mehr laryngeale Bewegungen auf als bei den Kontrollsituationen (in Ruhe und leises Lesen). Am meisten laryngeale Bewegungen waren bei den Nicht-Sänger_innen und Laien-Sänger_innen zu beobachten.

Es zeigten sich signifikant mehr laryngeale Bewegungen während musikalischer Aufgaben (Notenlesen, Melodievorstellung, Gesanghören) im Vergleich zu nicht musikalischen Kontrollgruppen (in Ruhe, leises Lesen).

Bisher dachte man, dass nur ausgebildete Sänger_innen zum Inneren Singen fähig seien. In unseren Ergebnissen trat das Gegenteil auf und die Nicht-Sänger_innen hatten die meisten laryngealen Aktivitäten bei allen musikalischen Aufgaben. Es könnte sein, dass es Sänger_innen durch die erhöhte Aufmerksamkeit auf ihren Vokaltrakt möglich ist, diese Aktivitäten bewusst zu unterdrücken. Wichtig ist ebenso die Beobachtung, dass es in jeder Gruppe Ausreißer gab. Deshalb sollte bei Profisänger_innen das Innere Singen endoskopisch untersucht werden, um eine individuelle Empfehlung für Stimmruhe geben zu können.

Frau Univ. Prof. Dr. med. Simone Graf leitet die Universitätsklinik für Hör-, Stimm- und Sprachstörungen in Innsbruck. Sie verfügt über 20 Jahre klinischer Erfahrung mit Stimmstörungen bei Patient_innen und Sänger_innen. Ihr wissenschaftlicher Schwerpunkt ist u.a. die Erforschung der Optimierung der Stimmschallproduktion. Ihre Lehrtätigkeit umfasst Vorlesungen zur Stimmphysiologie und -pathologie bei Studierenden der Humanmedizin und der Sprachtherapie. Sie ist Organisatorin von zahlreichen Veranstaltungen zum Thema Stimme und Musikermedizin. Sie ist Gründungsmitglied der Musikerambulanz des Klinikums Rechts der Isar in München.



**Simone
Spangler**

München (D)

info@simonespangler.de

www.simonespangler.com



**Vortrag
Fr, 18:00 Uhr**

Klangfarben der Macht – Ein orchestrales Spiel der Motive **Simone Spangler, Arbeitsgruppe Musikpsychologie & Coaching**

Der Vortrag geht der Frage nach, inwiefern soziogene Motive auf Gruppen- sowie individueller Ebene eine Bedeutung für das künstlerische Zusammenwirken im Orchesterverbund spielen. Zunächst werden das Macht-, Leistungs- und Anschlussmotiv nach McClelland (1988) theoretisch beleuchtet und auf professionelles Handeln in berufliche Kontexte der Musik transferiert. Genauer herausgestellt wird hierbei die Rolle des Machtmotivs als relevanter Einflussfaktor auf und innerhalb hierarchischer Systeme.

Basierend auf der Taxonomie von French und Raven (1959) werden anschließend verschiedene Macht- und Einflussgrundlagen von Führungspersonen sowie Kooperation und Teamgeist vor dem Hintergrund der künstlerischen Qualität und des Zusammenspiels im Orchester diskutiert. Dies geschieht unter Einbeziehung empirischer Forschungsergebnisse und führt hin zu einer Ableitung möglicher Implikationen für die Praxis. Dabei sind unter anderem Genderunterschiede Gegenstand der Betrachtung. Mit dem Ziel des Empowerments dient schließlich ein systemischer Blick auf das Musizieren im Orchester der Erweiterung möglicher (Handlungs-)Spielräume des Individuums unter Berücksichtigung des Führungsstils von Dirigent*innen. Insbesondere selbstreflexive Elemente in Bezug auf die eigenen Motive, das eigene Rollenverständnis sowie gesundheitliche Aspekte als Orchestermusiker*innen regen dazu an, sich der selbst wahrgenommenen (Ohn-)Macht bewusst zu werden, diese kritisch zu hinterfragen und durch gelungenes Interaktionsverhalten den individuellen beruflichen Erfolg sowie die künstlerische Qualität des gesamten Orchestersystems langfristig zu fördern.

French, J. R. P., & Raven, B. H. (1959). The bases of social power. In D. Cartwright (Hrsg.), *Studies in social power* (S. 150–167). Oxford.
McClelland, D. (1988). *Human Motivation*. Cambridge University Press. <https://doi.org/10.1017/CBO9781139878289>

Simone Spangler absolvierte Studiengänge in Musik, Sport und Italienisch an der Hochschule für Musik und Theater München (HMTM), der Technischen Universität München (TUM) und der Ludwig-Maximilians-Universität München (LMU) sowie einen weiteren Master in Sportwissenschaften an der Deutschen Hochschule für Gesundheit und Sport Berlin (DHGS).

Derzeit schließt sie ihr Promotionsstudium in Musikpädagogik und Psychologie an der HMTM ab.

Seit mehr als 20 Jahren ist sie als Kontrabassistin aktives Orchestermmitglied der Bayerischen Philharmonie und Instrumentalpädagogin im Fach Klavier.

Nach ihrer bisherigen Anstellung als wissenschaftliche Mitarbeiterin in Musikpädagogik an der LMU lehrt sie aktuell als Dozentin für Sportwissenschaften und Sportpsychologie an der DHGS.

Darüber hinaus ist sie in der musikphysiologischen und systemischen Beratung (SG) sowie als sportpsychologische Expertin im Spitzensport (asp) tätig.



Katharina Anna

Klavacs

Wiener Neustadt (A)

katharina.klavacs@fhwn.ac.at

www.logo-stimme.at



Stimme - Gesunderhaltung und Prävention von Störungen der Sprech- und Singstimme aus logopädischer Sicht

Katharina Anna Klavacs

Hintergrund: Eine gestörte Sprech- und/oder Singstimme kann vor allem für die sogenannten "elite vocal performer" massive Auswirkungen mit sich tragen – Jobverlust, Existenzängste, körperliche und/oder stimmliche Einbußen, physiologisch-morphologische Veränderungen etc.. In der logopädischen Stimmtherapie werden Therapeut*innen immer wieder mit dem Thema Gesang bzw. der Sprechstimme bei Sänger*innen konfrontiert.

Egal ob Laien- oder Profi-Sänger*innen – Patient*innen mit einer Dysphonie sollten auch in diesem Bereich Hilfe und Unterstützung erhalten. In der logopädischen Singstimmtherapie kommen vermehrt auch stimpädagogische Methoden zur Anwendung. Im Bereich der Singstimme ist die Überschneidung zwischen Gesangspädagogik und Therapie fließend. Die Prävention von Stimmstörungen stellt immer mehr ein wichtiges Thema vor allem bei den Stimmbereufen dar.

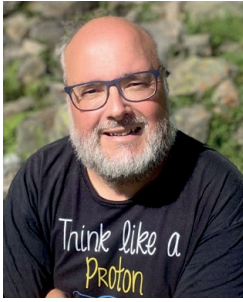
Ziel: In diesem Workshop lernen Sie die wichtigsten logopädischen Präventionsmaßnahmen für die Stimme einzusetzen, Stimmstörungen und Überlastungserscheinungen vorzubeugen sowie den richtigen und physiologischen Umgang mit der eigenen Sprech- und Singstimme.

Ablauf: Sie erleben Selbsterfahrung im Bereich Stimmprävention, erlernen logopädisch-stimmtherapeutische Methoden und Übungen, um etwaigen Problemen entgegenzuwirken, erfahren logopädische Stimmhygienemaßnahmen sowie Verhaltensregeln nach einer etwaigen Stimmoperation und grundlegendes anatomisch-physiologisches „Singstimmwissen“.

Dr. Katharina Anna Klavacs, BSc, MSc – Logopädin, Sängerin, Gesangspädagogin - arbeitet als Logopädin in freier Praxis (MED4COM Univ.-Prof.Dr. Schneider-Stickler 2015-2022, Praxisinhaberin LOGO-STIMME Wiener Neustadt seit 2015).

Nach dem Masterstudium an der Donau Universität Krems (2021) schloss sie 2023 das Doktoratsstudium Public Health an der St. Elisabeth Universität Bratislava ab. Weiters ist sie Vortragende im Masterstudium Logopädie an der Universität für Weiterbildung Krems.

Seit Juni 2023 ist Katharina Klavacs wissenschaftliche Mitarbeiterin an der Fachhochschule Wiener Neustadt, Studiengang Logopädie. Sie ist Vortragende in den Bereichen Stimmtherapie, Stimmcoaching und Prävention und unterrichtet Jazz/Populärmusik Gesang. Da sie auch Musical, Jazz/Pop und Gesangspädagogik studiert hat und darüber hinaus regelmäßig selbst als Künstlerin auf der Bühne steht, liegt ihr beruflicher Schwerpunkt in der Betreuung von Stimmkünstler*innen.



**Thomas
Biegl**

Wien (A)

thomas.biegl@gmx.at

www.gluecklichsingen.at



**Vortrag
Fr, 18:15 Uhr**

Die Macht ist in Dir - Bausteine glücklichen Musizierens Thomas Biegl, Arbeitsgruppe Musikpsychologie & Coaching

In diesem Vortrag möchte ich mit der sogenannten Sinn-Matrix eine Struktur unseres Zusammenlebens darstellen, mit der sehr schön Bedingungen gezeigt werden, die für ein zufriedenes, erfülltes und motiviertes Arbeiten – also auch des Singens und Musizierens – vorhanden sein müssen.

Die Ausführungen basieren auf einem Büchlein von Prof. Nico Rose mit dem Titel „Führen mit Sinn – Wie Sie die Führungskraft werden, die Sie sich früher immer gewünscht haben“. Daraus ist erkennbar, dass die Beachtung der Komponenten Leistung, Beziehung, Selbstverwirklichung und Freiheit sowohl die Führungskräfte wahrnehmen und analysieren müssen als auch alle Mitarbeiter_innen, also auch jeder einzelne Musiker, jede einzelne Musikerin – und damit komme ich zu der Behauptung, dass die Macht „in Dir“ ist, also dass Jedem bzw. Jeder dieses Sinnerleben zur Verfügung steht, man aber um dieses kämpfen und sich bewusst machen muss.

Hier nun die 8 Fragen:

- 1.) Haben die Ergebnisse meiner Arbeit einen spürbaren Einfluss auf das Leben unserer „Kund_innen“?, also hat mein Musizieren Einfluss auf das Publikum, die Gesellschaft, die Welt? - und „spüre“ ich das auch? Ist es mir bewusst?
- 2.) Haben die Ergebnisse meiner Arbeit einen spürbaren Einfluss auf die Leistungen und Ergebnisse meiner Arbeitskolleg_innen, also den Mitmusiker_innen?
- 3.) Gibt es mindestens eine Handvoll Menschen in meiner Arbeitsstelle, mit denen ich mich wirklich gut verstehe?
- 4.) Identifiziere ich mich mit den Werten meiner Organisation?
- 5.) Verbringe ich viel Zeit mit Aufgaben, in denen ich meine wahren Stärken zum Einsatz bringen kann?
- 6.) Kann ich „einfach ich sein“ und muss ich mich nicht verstellen, um in meinem Job gute Leistungen zu erbringen?
- 7.) Genieße ich ausreichende Freiheiten, um meine Arbeit nach meinen Wünschen zu gestalten?
- 8.) Verfüge ich über ausreichend Mittel, um gute Leistung bringen zu können?

Gefordert sind nicht nur Sie als Musiker_in, sondern auch alle Führungskräfte (Lehrer_innen, Rektor_innen, Musikschulchef_innen, Dirigent_innen, etc.), um die Rahmenbedingungen zu schaffen, damit "Ihre" Musiker_innen die im Vortrag vorgestellten 8 Fragen mit „Ja“ beantworten können.

Mag. Thomas Biegl ist Beamter in der Justizverwaltung und hat langjährige Erfahrungen als Sänger, Chorleiter und Kommunikationstrainer. Er verfasste seine Diplomarbeit im Rahmen des Psychologiestudiums an der Universität Wien zum Thema „Glücklich singen – singend glücklich?“ und ist Mitglied der österreichischen Gesellschaft für Musik und Medizin und der deutschen Gesellschaft für Musikpsychologie.



**Dirk
Möller**
Osnabrück (D)

D.Moeller@hs-osnabrueck.de
www.hs-osnabrueck.de



Der klinische Einsatz der Elektromyographie in der neuromuskulären Diagnostik und dem Biofeedback-Training bei Musikerinnen und Musikern **Dirk Möller**

Biomechanische Analysen sind in der Lage, menschliche Bewegungen zu erfassen und auszuwerten. Neben den biomechanischen Bereichen der Kinetik und Kinematik bietet die Elektromyographie eine zuverlässige Möglichkeit zur Analyse neuromuskulärer Aktivitäten, z.B. die inter- und intramuskuläre Koordination oder das Ermüdungsverhalten. Basierend auf diesen Parametern ist es möglich, auf klinisch relevante Parameter wie motorische Kontrolle, muskuläre Koordination oder Kompensationsstrategien bei unterschiedlichen Belastungen zu schließen. Darüber hinaus kann das EMG auch in der Therapie selbst eingesetzt werden. Z.B. ist das Biofeedback-Training mit einem EMG ein effektives und evidenzbasiertes Tool zur Verbesserung der neuromuskulären Kontrolle.

Ziel des Workshops:

Es sollen die Vorteile der Elektromyographie im Kontext der Versorgung von Musikerinnen und Musikern aufgezeigt und zusätzliche Therapie- und Diagnosemöglichkeiten demonstriert werden. Am Ende des Workshops sind die Teilnehmer_innen in der Lage,

- die Grundprinzipien von Elektromyographie zu verstehen und zu beschreiben, sowie
- die Bedeutung der Elektromyographie im Zusammenhang mit der Gesundheit von Musikerinnen und Musikern zu verstehen und beschreiben.

Der Workshop führt kurz in die theoretischen Grundlagen der Elektromyographie und die klinischen Anwendungen im Kontext der Gesundheit von Musikerinnen und Musikern ein. Es wird erläutert, warum die Elektromyographie einen zusätzlichen Wert im Clinical Reasoning Prozess bietet und den Therapeut_innen in ihrem Patient_innenmanagement unterstützt.

Im weiteren Verlauf des Workshops wird der Einsatz der Elektromyographie in Diagnostik und Therapie bei Musikerinnen und Musikern praktisch demonstriert und mit den Teilnehmer_innen diskutiert.

Die elektromyographie-basierte funktionelle neuromuskuläre Diagnostik und das Biofeedback-Training bieten sowohl dem Therapeuten als auch Musikerinnen und Musikern einen Mehrwert in ihrer klinischen Arbeit.

Ablauf: • Einführung in die Elektromyographie • Kurze Fallpräsentation eines Musikers im Kontext der Elektromyographie • Interaktive praktische Demonstration der Elektromyographie

Prof. Dr. Dirk Möller ist Dipl.-Sportwissenschaftler und Physiotherapeut mit Fortbildungen u. a. in manueller Therapie (OMT), MTT und biomechanischen Analysemethoden. Seit 2012 ist er an der Hochschule Osnabrück tätig.

Zu seinen Interessensgebieten gehören die Musiker_innengesundheit aus physiotherapeutischer Sicht, angewandte Biomechanik (insbesondere Elektromyographie), Bewegungsstudien sowie die Verbindung von Physiotherapie, Sportwissenschaft und Musik unter bewegungsanalytischen Gesichtspunkten.



**Birgit
Stieldorf**

Salzburg (A)

musicinmotion@posteo.at

www.musicinmotion.at



**Workshop
Fr, 18:15 Uhr**

Music in Motion - Effektive Körperarbeit mit Sänger_innen und Instrumentalist_innen

Birgit Stieldorf, Clara Tinsobin

Wenn beim Singen und Musizieren der ganze Körper mitspielt, kann der Ton durch das Instrument, den Körper, hindurchschwingen. Anspannung, Stress, einseitige Haltung beim Musizieren sowie langes Sitzen und Stehen führen häufig zu körperlichen Unausgewogenheiten, Dysbalance, zu Ermüdung und in weiterer Folge auch zu Schmerzen.

Der Workshop „Music in Motion“ bietet anregende Impulse und neue Bewegungsideen, praktische Übungen sowie auch individuelle Tools, um die Balance wiederherstellen und so das Musizieren und die Gesundheit des Musizierenden zu verbessern. Die Ursache von Schmerzen und Verspannungen können definiert und gezielt erleichtert werden. Als spürbares und hörbares Resultat fließen Atem und Klang wieder mühelos und frei, ein „Musizieren und Singen aus der Mitte“ wird möglich.

Durch einen effektiven Einsatz der körperlichen Ressourcen gewinnt der musikalische Ausdruck an Lebendigkeit, Leichtigkeit, Authentizität und Klang. Die Integration der Bewegungsimpulse soll Freude und Leichtigkeit in den Musiker_innen-Alltag bringen und möglichst keinen Mehraufwand an Zeit und Anstrengung bedeuten.

Workshop-Inhalte:

- Stärkung der „Körpermitte“
- Schwingungsmodell „Toni“
- Beziehung von Beckenboden-Zwerchfell-Kehlkopf
- Psycho-physische Verknüpfung
- Sitzen/Stehen/Gehen
- Singen/Musizieren
- Atmung und Bewegung
- Lockerung/Entspannung
- Kräftigung/Beweglichkeit
- Etonus und Balance auf körperlicher und seelischer Ebene

Der Workshop findet in einer Kleingruppe von ca. 6 Personen statt und setzt sich zusammen aus praktischen Übungen in der Gruppe sowie kurzen Sessions, in denen einzelne Teilnehmer_innen auf ihrem Instrument spielen bzw. singen und dabei individuelle Impulse bekommen. Die Gruppe lernt dabei durch Beobachten und Zuhören. Ergänzend gibt es gemeinsame Reflexionen sowie kleine theoretische Inputs. Die aktiv Teilnehmenden werden gebeten, ihr Instrument mitzubringen sowie ggf. Noten, aus denen sie ein kleines Stück musizieren bzw. singen können. Bequeme Kleidung ist ebenfalls erforderlich.

* Birgitt Stieldorf: Physiotherapeutin, Diplom 1976 an der Uni-Klinik Innsbruck, Zusatz-Ausbildungen in systemischer Körperarbeit, Instruktoren für NOWO Balance in Österreich, funktionelle Bewegungslehre nach Klein-Vogelbach, Bobath-Therapie, Sport-Taping, visionäre craniosacrale Osteopathie, autonome osteopathische Regulationstechnik u.v.m. Langjährige Praxistätigkeit, zahlreiche Workshops und Vorträge auf internationalen Kongressen, Betreuung von Studierenden der Physiotherapie bei Diplompraktikum mit Betreuung der Diplomanten als Erst- und Zweitleserin, Betreuung von Hochleistungssportlern (Ski Alpin, Leichtathletik, Volleyball Nationalteam), ab 2004 Entwicklung und Leitung der Ausbildung Stieldorf-Konzept mit ärztlicher Abschlussprüfung, seit 2012 „Music in Motion“ – Spezialtraining für Musiker_innen, Sänger_innen und Tänzer_innen.

* Clara Tinsobin MA BA: Studium Gesangspädagogik und Elementare Musik- und Tanzpädagogik an der Universität Mozarteum Salzburg, Ausbildung zur Heilmasseurin, Tätigkeit als Sängerin (klassisch und darüber hinaus), Gesangspädagogin am Musikum Grödig, Lektorin an der Univ. Mozarteum Salzburg, Chorleitung, Leitung zahlreicher Projekte im Bereich Gesang/Musik/Tanz/Musiktheater.



Clara Tinsobin



**Michaela
Moratelli**

Wien (A)

michaela.moratelli@chello.at

www.michaela-moratelli.com



**Vortrag
Fr, 18:30 Uhr**

Sprache macht mächtig oder ohnmächtig **Michaela Moratelli, Arbeitsgruppe Musikpsychologie & Coaching**

Sprache schafft Wirklichkeit, sie kann zu Erfolg und Misserfolg führen.

Sprache kann motivieren, bestärken, ermutigen, beruhigend wirken und emotional berühren. Die Sprachmelodie begleitet unsere Gedankengänge, und die Pause am Satzende hat eine große Bedeutung. Beide haben eine starke Wirkung auf den/die Sprecher_in selbst und seine/ihre Lebensgestaltung. Etwas klingt dann wie „Musik in meinen Ohren“. Wenn dieses Etwas uns guttut, wird unser Mind-Body beflügelt und wir erleben Sprache gleichsam wie Musik.

Sprache lässt uns jedoch auch unbestimmt bleiben, wenn wir uns nicht festlegen wollen; dadurch verunsichern wir andere und bleiben selbst in der Ungewissheit. Sie kann wütend und hoffnungslos machen; das Gegenüber in Lähmung versetzen und bis zur Sprachlosigkeit führen, indem gute Ideen kontinuierlich in Frage gestellt und abgewertet werden. Sie raubt auch Energie, wenn abfällig über eine Person geredet wird. Aus der Musikpraxis kennen wir den Begriff „sich im Ton vergreifen“. Ebenso ist es in der Sprache, wenn verletzte Worte ausgesprochen werden. Unser Mind ist irritiert und verwirrt und unser Body nimmt es als körperlichen Schmerz wahr.

Musiker_innen beschäftigen sich ein Leben lang mit der „Sprache der Musik“. Sie üben täglich viele Stunden, um sich gut darin ausdrücken zu können. Die Sprache hat, so wie die Musik, ein unendlich großes Repertoire an Wirkungsmöglichkeiten. Es ist daher sinnvoll, sich mit der verbalen Sprache und ihrer machtvollen Wirkung zu beschäftigen.

Eine bewusst eingesetzte Sprache fördert das Selbstbewusstsein und erhöht die Wahrscheinlichkeit, von anderen wahrgenommen und verstanden zu werden. Die Gewissheit, die eigenen Ideen in die Tat umzusetzen, überträgt sich mittels Sprache auf den/die Gesprächspartner_in.

In diesem Vortrag stelle ich Ihnen die drei Säulen (Präsenz – Klarheit – Wertschätzung) des Lingva Eterna Sprach- und Kommunikations-Konzepts vor. Sie werden merken, dass bereits kleine Änderungen der gewohnten Ausdrucksweise unmittelbar spürbar sind und eine nachhaltige Wirkung auf Ihre Wirklichkeitskonstruktionen haben.

Mag. Michaela Moratelli ist Psychotherapeutin und Klinische Psychologin mit den Schwerpunkten Katathym Imaginative Psychotherapie (KIP), Autogene Psychotherapie (ATP), Eye Movement Integration (EMI) und Integrative Bewegte Traumatherapie (IBT).

Sie bietet Einzeltherapie, Gruppentherapie und Seminare für Kinder, Jugendliche und Erwachsene an.

Ihre psychotherapeutischen Methoden sind dialogische Verfahren, bei denen neben dem therapeutischen Gespräch mit inneren Bildern bzw. mit Bewegung gearbeitet wird. Sie hat ihre Arbeit um das Sprach- und Kommunikationsmodell Lingva Eterna erweitert.

„Ich erlebe wunderbare Veränderungen in meinem eigenen Sprachgebrauch und in meinem persönlichen und beruflichen Umfeld. Jedes Wort hat eine Wirkung und schafft so seine eigene Wirklichkeit. Ich möchte Sie zu dieser Erfahrungsreise einladen“.



**Angelika
Suppan**

Seefeld/Tirol (A)

angelika.suppan@gmx.net

mobilemusikschule.at



**Vortrag
Fr, 18:45 Uhr**

Misstöne in Musikschulen: Unangebrachtes Verhalten oder Mobbing? Welche Strukturen können hier begünstigend wirken?

Angelika Suppan, Arbeitsgruppe Musikpsychologie & Coaching

Anhand von Vorwürfen gegenüber mehreren, konkret 9, Musikschulen in Niederösterreich sexuelle Belästigung und Mobbing betreffend wird das Thema Mobbing näher beleuchtet. Was versteht man allgemein darunter, was kann Mobbing für Auswirkungen auf Betroffene haben und was für Gegenmaßnahmen, vor allem Präventionsmaßnahmen, gibt es? Besonders Strukturen, die Mobbing begünstigend wirken, sollen dabei im Vordergrund stehen. Mobbinghandlungen und ihre Häufigkeit kommen ebenso zur Sprache wie situative und organisatorische Faktoren, wie z.B. Defizite bei der Gestaltung der Arbeitsinhalte. Dass das Führungsverhalten entscheidend dazu beiträgt, wie sehr sich Mobbing entwickeln und ausbreiten kann, liegt auf der Hand und ist selbstverständlich ebenso Gegenstand des Vortrags. Da Mobbing in fast allen Bereichen des privaten und öffentlichen Lebens vorkommt, gibt es inzwischen eine Reihe von Gegenmaßnahmen, die Mobbing, wenn schon nicht komplett verhindern, zumindest in Schach halten sollen.

Ein weiteres Thema sind Strategien von Mobbing Betroffenen und ihre Effektivität, sowie Bewältigungsstrategien, die einen Menschen Mobbing einigermaßen unbeschadet überstehen lassen. Macht- und Machtverhältnisse ungleicher Art spielen eine entscheidende Rolle, aber auch die soziale Wahrnehmung einer Opfer Rolle, welche nicht von jedem Menschen auf die gleiche Weise erlebt wird.

Gibt es Persönlichkeiten, die sich als 'Prügelknaben' (m/w/divers) eignen, oder kann es im Prinzip jeden/jede treffen eine/r zu werden? Und eignet sich (fast) jede/r dazu, zu einem 'Mobber' zu mutieren, was ja das bekannte Milgram Experiment nahe zu legen scheint? Dazu gibt es Untersuchungen seit den 60er Jahren. Dass Gruppen hier eine signifikante Rolle spielen, ist wenig überraschend und soll daher einer näheren Betrachtung unterzogen werden. Um Mobbing verstehen zu können, muss stets der Gesamtkontext, wie individuelle Charaktereigenschaften, Gruppenkonstellationen und die Gruppendynamik betrachtet werden. Dabei sollten auch Wahrnehmungsfehler nicht außer Acht gelassen werden. Gesamtgesellschaftliche Prozesse, die Mobbing Vorschub leisten und gerade durch die sozialen Medien befeuert werden, sollen den Vortrag abrunden.

Mag. Angelika Suppan, geboren am 12.10.1969, Studium der Psychologie, Fachrichtung Musikpsychologie. Diplomiert bei Prof. Dr. Erich Vanecek. Zusatzausbildung in Mediation

Verschiedene Tätigkeiten im medizinischen Bereich: Planung und Durchführung zweier wissenschaftlicher Untersuchungen im Geriatriezentrum am Wienerwald, die eine davon mit musikalischen Schwerpunkt, zwischen 2005-2012 TCM (Traditionell-chinesische Medizin) Assistenz, weiters freie Redakteurin im Bereich Medizinjournalismus.

Seit 2015 selbständig als Klavierpädagogin mit der 'Mobilen Musikschule', sowohl in Wien als auch in Tirol (Raum Innsbruck).

Von 2017-2018 wissenschaftliche Beratung der Wiener Sängerknaben.

Seit 2022 auch Buchillustratorin.

Seit 2013 Mitglied der österreichischen Gesellschaft für Musik und Medizin (Fachgruppe Musikpsychologie und Coaching) und regelmäßige Beiträge bei Tagungen bzw Symposien.

Aktives Mitglied im Wiener Verein für Kammermusik



Margareth

Tumler

Graz (A)

margarethtumler@hotmail.com



Vortrag
Fr, 19:00 Uhr

Nähe und Distanz im Musizierunterricht

Margareth Tumler, Sabine Mellberg und die Arbeitsgruppe Musikpsychologie & Coaching

Nähe und Distanz sind brandaktuelle pädagogische Themen, die mit Blick auf den künstlerischen Einzelunterricht in der professionellen Musikausbildung einer differenzierten Auseinandersetzung bedürfen: Hier beschäftigen sich zwei Personen, die zueinander in einem asymmetrischen Machtverhältnis stehen, in einem intimen dyadischen Setting mit einem Unterrichtsgegenstand, der wiederum besonders exponiert – das eigene Musizieren.

Die Lehrperson wird dabei meist zu einer bedeutsamen Person im Leben der Studierenden: Sie spielt eine zentrale Rolle für die Identitätsentwicklung der Studierenden und entfaltet „eine dreifache Vorbild-Wirkung: als künstlerische, pädagogische und menschliche Persönlichkeit“(1); die Beziehung wird vielfach als persönlich und emotional beschrieben(2). Eine unterstützende Lehrperson zu haben ist für viele Studierende wesentlich; Beziehungsschwierigkeiten können als herausfordernd für das eigene Wohlbefinden erlebt werden (3). Wie nachhaltig Grenzverletzungen und Übergriffe nicht nur das Lernen, sondern auch die Gesundheit beeinträchtigen können, ist außerdem aus der psychologischen Forschung bekannt. Doch worum geht es eigentlich, wenn wir von Nähe und Distanz sprechen, von Grenzen und Grenzverletzungen? Welche Aspekte müssen im Musizierunterricht besonders bedacht werden? Diese Fragen zu stellen und für das Thema zu sensibilisieren ist das Hauptanliegen unseres Beitrags – je nach verfügbarer Zeit kann ein erster Überblick gegeben oder können einzelne Aspekte herausgegriffen werden.

(1) Richter, C. (2001). Meisterlehre – Auslaufmodell oder hochschuldidaktisches Konzept? In: P. Rübke (Hg.), Meisterlehre und Kunstuniversität (S. 33-50). Wien: Universität für Musik und darstellende Kunst, S. 42.

(2) Burwell, K. (2013). Apprenticeship in music: A contextual study for instrumental teaching and learning. *International Journal of Music Education*, 31(3), 276-291, S. 278 ff.

(3) Perkins, R., Reid, H., Araújo, L. S., Clark, T. & Williamon, A. (2017). Perceived Enablers and Barriers to Optimal Health among Music Students: A Qualitative Study in the Music Conservatoire Setting. *Frontiers in Psychology*, 8(968), 1-15.

Margareth Tumler studierte Orgel und Orgelpädagogik an der Kunstuniversität Graz (KUG), studiert derzeit Historische Vokalpraxis am Johann-Joseph-Fux-Konservatorium Graz und ist als Sängerin solistisch und in Ensembles aktiv. Sie war sechs Jahre lang Universitätsassistentin an der KUG; 2014–2021 genoss sie eine Ausbildung in Psychotherapie in Graz und Krems. Ihre Arbeitsschwerpunkte umfassen die Lehrenden-Studierenden-Beziehung im künstlerischen Einzelunterricht und Fragestellungen aus den Bereichen Musizierendengesundheit und Hochschuldidaktik.

Sabine Mellberg studierte Publizistik und Kommunikationswissenschaft an der Universität Wien und absolvierte einen Lehrgang zum Thema Gender & Diversity (GenderWerkstätte Graz). Nach langjähriger Berufserfahrung in der Kommunikation im Gesundheits- und Sozialbereich absolvierte sie eine Psychotherapieausbildung (Integrative Therapie, Donau-Universität Krems und ÖAGG). Seit 2020 arbeitet sie als Psychotherapeutin in freier Praxis. Ihre Arbeitsschwerpunkte sind die Themen Beziehungskompetenz, Trauma und Traumafolgestörungen sowie Geschlecht (sidentität) und Diversität.



**Angela
Büche**

Salzburg (A)

angela.bueche@gmail.com

www.stimmig-leben.com



**Vortrag
Fr, 19:15 Uhr**

Narzissmus - der Zauber von Macht und Ohnmacht **Angela Büche, Arbeitsgruppe Musikpsychologie & Coaching**

Der Begriff Narzissmus entwickelt sich aus einer Geschichte der griechischen Mythologie, die den in sich selbst verliebten Narziss beschreibt.

Bis heute ranken sich ambivalente und undifferenzierte Mythen um die Persönlichkeitsstruktur von als narzisstisch wahrgenommenen Menschen.

In meiner täglichen psychologischen Coachingpraxis für Musiker_innen und Dirigent_innen ist Narzissmus ein zentrales Thema. Die Beteiligten fühlen sich oft gefangen in diesem Zauber von Macht und Ohnmacht, was viele Arbeitsbeziehungen und Karrieren belastet. Das Verstehen der Struktur hinter der Narzissmus-Thematik löst diesen Zauber und wird daher als eine erste hilfreiche Entlastung erlebt.

Die Forschung der letzten Jahrzehnte bringt differenziertes Licht in die komplexe Struktur des Narzissmus:

- Welche Arten von Narzissmus gibt es?
- Was ist die psychosoziale Struktur des Narzissmus?
- Was ist der Unterschied zwischen narzisstischen Persönlichkeitsmerkmalen und narzisstischer Persönlichkeitsstörung?
- Was begünstigt die Entwicklung von Narzissmus?
- Was sind hilfreiche Strategien im Umgang mit Menschen mit ausgeprägten narzisstischen Persönlichkeitseigenschaften?
- Was kann helfen, die eigenen narzisstischen Anteile zu erkennen und mit diesen langfristig einen guten Umgang zu finden?
- Wie viel Narzissmus braucht ein/e Musiker_in für eine erfolgreiche Karriere?

Angela Büche MSc. ist akademischer Coach, Supervisorin, Mediatorin und Organisationsgestalterin in eigener Praxis. Ihren heutigen Beruf baut sie auf 30 Jahre Tätigkeit als professionelle Cellistin auf. Ein Herzensanliegen ist ihr die Arbeit mit Musiker*innen, Dirigent*innen, Musikschulen und Orchestern. Als Dozentin an Universitäten, in Orchesterhäusern, Kulturbetrieben, Ministerien und Wirtschaftsbetrieben sind ihr Führungsthemen, Konfliktmanagement, achtsames Selbstmanagement und Teamentwicklung ein besonderes Anliegen.

Sie lebt in Österreich und der Schweiz und ist international tätig.
www.stimmig-leben.com



Stefan Kölsch
Bergen (No)
Stefan.Koelsch@uib.no
www.stefan-koelsch.de



Keynote
Sa, 9:00 Uhr

Auswirkung von Musik auf die Gesundheit: Evidenzbasierte Einblicke und praktische Anwendungen **Stefan Kölsch**

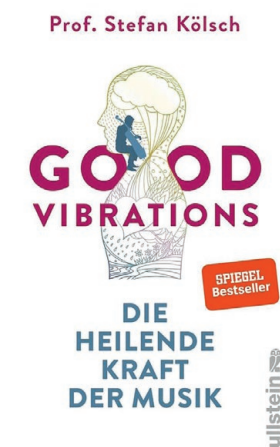
Aktuelle Forschungsergebnisse bestätigen die vielschichtige Rolle der Musik bei der Förderung von Gesundheit und Wohlbefinden. Stefan Kölsch, ein führender Neurowissenschaftler auf diesem Gebiet, bietet einen klaren und fundierten Bericht über die Auswirkungen von Musik und Emotionen auf das Gehirn und den Körper. Dabei beleuchtet er praktische Anwendungen dieser Erkenntnisse für die Praxis und den Alltag.

Die Bedeutung von Musik für unser psychologisches und physisches Wohlbefinden wird zunehmend anerkannt und festigt ihre Rolle in der Präventivpflege und Behandlung zahlreicher Krankheiten und Störungen. Professor Kölsch präsentiert zahlreiche Beispiele aus seiner Forschung, um zu veranschaulichen, warum Musik in all ihren Formen einen zentralen Stellenwert in der Krankheitsprävention und -therapie einnimmt. Zudem bietet er spezifische Empfehlungen, wie Musik im Alltag genutzt werden kann, um das Wohlbefinden zu steigern.

Stefan Kölsch, geboren am 7. Juli 1968 in Wichita Falls, ist ein renommierter deutsch-amerikanisch-norwegischer Psychologe und Neurowissenschaftler. Seine akademische Laufbahn begann mit dem Studium von Instrumental- und Vokalmusik an der Hochschule für Künste Bremen, gefolgt von Psychologie und Soziologie an der Universität Leipzig. 1994 absolvierte er die künstlerische Reifeprüfung und erlangte 1998 das Diplom in Psychologie sowie 2000 in Soziologie. Seine Promotion erfolgte 2000 an der Universität Leipzig mit der Arbeit "Brain and Music". Anschließend forschte er als Postdoktorand an der Harvard Medical School und leitete eine von der Max-Planck-Gesellschaft ins Leben gerufene Nachwuchsgruppe zur Neurokognition der Musik. 2004 habilitierte er sich im Fach Psychologie.

Kölsch wurde 2006 als Senior Lecturer an die University of Sussex berufen und wechselte 2010 an die Freie Universität Berlin, wo er im Fachbereich Musikpsychologie und Neurowissenschaft tätig war. Seit 2015 ist er Professor in Bergen, Norwegen. Seine Forschung konzentriert sich auf Wahrnehmung, Aufmerksamkeit, Arbeitsgedächtnis, Emotion, Musiktherapie und Persönlichkeit. Er erforscht die Parallelen zwischen Musik- und Sprachverarbeitung im Gehirn und den therapeutischen Nutzen von Musik.

Zu seinen Veröffentlichungen zählen "Good Vibrations – Die heilende Kraft der Musik" (2019) und "Die dunkle Seite des Gehirns" (2022).





**Jenny
Sixt**

München (D)

jenny.sixt@web.de

www.jennysixt.com



**Workshop
Sa, 10:00 Uhr**

Alexander Technik als Retraining bei Musikerdystonie Jenny Sixt

Musik befriedigt das Urbedürfnis des Menschen nach Ausdruck und Verbundenheit, bringt Freude und kann zur Leidenschaft werden. Sie hat positiven Einfluss auf zahlreiche Vorgänge im Körper, doch erstaunlicherweise erkranken Musiker_innen im Vergleich zur Gesamtbevölkerung rund 20mal so häufig an Dystonie. Diese neurologische Bewegungsstörung entsteht durch maladaptive Neuroplastizität nach langen Überprozessen und wird heute als Netzwerkerkrankung mit veränderter Konnektivität des Kleinhirns mit motorischen und visuellen Netzwerken gesehen. Sie äußert sich generell durch nicht beeinflussbare Muskelkontraktionen - für Musiker_innen mit ihren hohen Anforderungen an feinmotorische Abläufe droht dadurch häufig das Karriereende. Die verbreitetsten Dystonieformen in der Musik sind Handdystonie (Fingerkrämpfe besonders bei Pianist_innen), Ansatzdystonie (Lippen- und Gesichtskrämpfe bei Bläser_innen), spasmodische Dysphonie (Stimmkrampf bei Sänger_innen) und der aufgabenspezifische Tremor (unwillkürliche, rhythmische Oszillation bei einer spezifischen Aufgabe). Besonders klassische Musiker_innen erkranken häufig vor dem 40. Lebensjahr. Ein später Beginn am Instrument, die Art des Instrumentes und die Ausbildung zum Solist oder zur Solistin sind zusätzliche Risikofaktoren. Auch das Erleiden von Schmerz und genetische Faktoren begünstigen das Eintreten der Krankheit. Die Eigenschaften, die hilfreich für eine Musiker_innenkarriere sind, können im schlechtesten Fall zur Ausprägung einer Dystonie-Erkrankung beitragen: Zielstrebigkeit, Ambition, Fleiß, Perfektionismus können zu einem rigiden und maßlosen Übeverhalten führen, das dann kaum Raum für Ausgleich und somit wenig Wahrnehmung für sich selbst - den eignen Körper - zulässt. Ein Teufelskreis aus Üben, Verschlechterung, mehr Üben und mehr Verschlechterung entsteht. Kommt es dann tatsächlich zu einer fokalen Dystonie, stehen wenige Therapiemöglichkeiten zur Verfügung. Wer mit den klassischen Behandlungsmethoden kaum Linderung erfährt, findet gelegentlich den Weg zur Alexander Technik als Retraining Methode. Die tiefe Veränderung von Bewegungsgewohnheit hin zu einem günstigen Umgang mit sich selbst, der sich in Mühelosigkeit ausdrückt, ist Ziel der Methode. Die erlernte Erkrankung kann im besten Falle auch wieder verlernt werden, wenn das Übeverhalten ins Bewusstsein rückt und Veränderung die zweite Natur wird. AT lehrt das Erkennen von Gewohnheit und vermittelt das bewusste Stoppen der automatischen Reaktion. Dadurch entsteht ein neuer Möglichkeitsraum, Bewegung anders zu steuern. AT etabliert eine „Umgehungsstraße“ für ungünstige Bewegungsmuster. Schon am Ende des 19. Jahrhunderts formulierte F.M. Alexander: „Change involves carrying out an activity against the habit of life.“

Jenny Sixt ist Kulturmanagerin, Alexander Technik Lehrerin (ATVD e.V.) und Musikphysiologin mit Schwerpunkt Dystonie. Sie hat zunächst Ihre AT Ausbildung in München absolviert und ist dort besonders mit den spielbedingten Problemen von Musiker_innen in Berührung gekommen. Nach ihrer Zertifizierung in Musikphysiologie begann sie, sich intensiv mit fokaler Dystonie zu beschäftigen. Heute kooperiert sie mit verschiedenen Kliniken und der Deutschen Dystonie Gesellschaft e.V., um Alexander Technik als Retraining bei Dystonie besser wissenschaftlich zu erforschen. Ihr besonderes Interesse liegt hier bei der Übertragbarkeit von Retraining-Konzepten für Musiker_innen auf andere Dystonieformen (wie Blepharospasmus oder zervikale Dystonie).



**Mona
Köppen**
Wallertheim (D)

info@ichbinmusik-akademie.de
ichbinmusik-akademie.de



Sehen, was nicht gesagt wird - Mimikresonanz in Musikunterricht und Orchesterarbeit! Mona Köppen

Fast jede zweite Emotion, die ein Mensch als Mikroexpression im Gesicht zeigt, wird übersehen oder falsch interpretiert. Mikroexpressionen sind sehr kurze, limbisch – also emotional – ausgelöste und damit unwillkürliche Gesichtsausdrücke, die sich nur für Sekundenbruchteile in der Mimik zeigen (≤ 500 Millisekunden). Das Fehlinterpretieren oder Nichterkennen von Emotionen kann zu Missverständnissen in der Kommunikation, reduzierter Lerneffektivität, erhöhtem Stress, beeinträchtigtem Wohlbefinden, gestörter Gruppendynamik und vermindertem musikalischen Ausdruck führen. Deshalb ist die Fähigkeit, Emotionen bei Musiker_innen zuverlässig und schnell zu erkennen und wertschätzend damit in Resonanz zu gehen eine entscheidende Schlüsselkompetenz im Musikunterricht und in der Orchesterprobe.

Folgende Argumente sprechen für das bewusste Erlernen von Mimikresonanz:

- **Kommunikation:** Mimikresonanz® stärkt das Verständnis und die Wahrnehmung nonverbaler Signale, fördert eine effektive Kommunikation und baut starke Verbindungen zwischen Lehrenden und Lernenden sowie zwischen Dirigierenden und Musiker_innen auf.
- **Empathie:** Das Training erhöht die Sensibilität für die Emotionen anderer, stärkt die emotionale Intelligenz und fördert eine empathische Lehr- und Lernumgebung.
- **Konfliktlösung:** Ein sensibler Umgang mit Konfliktsignalen trägt zu einem harmonischen Miteinander bei. Mimikresonanz® hilft, Spannungen frühzeitig zu erkennen und konstruktiv zu lösen.
- **Qualität:** Die Anpassung des Unterrichts und der Proben anhand nonverbaler Kommunikation und Verstehen der emotionalen Bedürfnisse verbessert die Effektivität des Unterrichts und der Proben. Durch die Integration der Mimikresonanz® in ihre Arbeit steigern Musikerlehrer_innen und Dirigent_innen nicht nur ihre kommunikativen Fähigkeiten, sondern auch die musikalische Qualität und das Wohlbefinden ihrer Schüler_innen oder Ensemblemitglieder.

Mona Köppen bildet in ihrer Akademie schwerpunktmäßig und spezialisiert Musiklehrer_innen, Coaches und Therapeut_innen zum/zur „Mentaltrainer_in für Musiker_innen“ aus. Im 1:1-Training bereitet sie Musikstudent_innen mental auf Probespiele, Prüfungen und Auftritte vor und arbeitet mit ihnen an einer authentischen Wirkung beim Auftritt. Themen wie Auftrittsangst und Blockaden beim Spielen bearbeitet sie zusätzlich durch ihre Kompetenz als Therapeutin für Psychotherapie. Als Dozentin hält sie Workshops, Vorträge und Fortbildungen im Bereich des mentalen Trainings, der Emotionsregulation sowie der Emotionswahrnehmung und der nonverbalen sowie verbalen Kommunikation. Ihre Erfahrung als ausgebildete Metallblasinstrumentenmacherin und Musikerin runden ihr Spektrum für ein tiefes Verständnis über die Bedürfnisse der Musiker_innen ab. Ihre Vita beginnt als Metallblasinstrumentenmacherin bei Gebr. Alexander in Mainz und verläuft über verschiedene Stationen, vom Betriebswirt über den Heilpraktiker für Psychotherapie bis hin zur Gründung und Leitung der „Ich bin Musik“- Akademie. Zahlreiche Weiterbildungen, von PEP (Bohne), wingwave (Besser- Siegmund) (wingwave Award 2016), Kinder- und Jugendcoach (IPE), integrierende Psychotherapie (Ehlert) bis hin zur Mimikresonanztrainerin (Eilert) und emtrace- Lehrtrainerin (Eilert) pflastern ihre berufliche Laufbahn. Sie selbst spielt Querflöte, Posaune und Klavier und ist als Registerleitung in verschiedenen Orchestern und im Gymnasium ELG aktiv.



**Sabine
Skopal**

Wien (A)

skopal@mdw.ac.at

mdw.ac.at/mmm/iasbs/lehrende/skopal



**Workshop
Sa, 10:00 Uhr**

Fake it 'till you become it - Powerposing, NLP und Qi Gong fürs State-Management Sabine Skopal

Als Musiker_innen wollen wir in unserem besten "State" performen - aber wie erreichen wir den? Müssen wir hinnehmen, dass uns ein "guter" oder "schlechter" Tag "passiert", oder gibt es Möglichkeiten für uns, Einfluss zu nehmen auf unsere aktuelle Befindlichkeit, Ausgangslage, Stimmung?

Unsere Gedanken beeinflussen unseren Körper, aber auch umgekehrt haben Art und Weise unserer Haltung und Bewegungen großen Einfluss auf unsere Gedanken, Stimmungen und Visionen. Denn unser Organismus hält erstaunliche Wirkmechanismen bereit, die unser Tun und Sein grundlegend vernetzen und die wir aktiv nutzen können, wenn wir nur wissen, wie.

Wir erleben und erlernen in diesem Workshop hilfreiche Tools (Körperübungen, Visualisierungen und Wissensinhalte), die speziell uns Musiker_innen helfen können, den Weg zum Finden und Zentrieren der eigenen Kraft zu erleichtern als Ausgangslage für ein freies, mutvolles und kreatives Spiel, im Idealfall aus unserem besten State heraus.

Inhalt sowie Ziel des Workshops sind daher der Aufbau eines „Mini-Repertoires“ an Übungen, Erfahrungen und Erkenntnissen, die uns in unserem Musiker_innenalltag helfen können. Dafür nutzen wir Erkenntnisse aus der Sozialwissenschaft, Übungen aus dem Qi Gong, der Faszienarbeit und Visualisierungen, wie sie im Mentalen Training angewandt werden.

Mitbringen: Bewegungsfreundliche Kleidung sowie Freude am und Bereitschaft zum entdeckenden Spiel mit Gedanken und Visionen.

Mag. Sabine Skopal, Senior Lecturer an der mdw in der Abteilung für Musikphysiologie, studierte Musik- und Bewegungspädagogik (Magistra) sowie Klavierpädagogik an der Universität für Musik und darstellende Kunst mdw Wien.

Ihr Interesse galt sehr bald den physischen, psychischen sowie mentalen Bedingungen des Musizierens. Daher bildete sie sich fort in Dispokinesis für instrumenten- und spielbezogenes Wissen mit dem Schwerpunkt Feinmotorik, in Qi Gong für freien Energiefluss im ganzen Körper, in Bioenergetischer Analyse für den psycho-physischen Anteil, in Atemarbeit für dessen freien Fluss sowie in Neurolinguistischem Programmieren (NLP) für mentale Belange des Musizierens.

Seit 2002 lehrt sie an der mdw in der Abteilung für Musikphysiologie im Bereich Atem- und Bewegungsschulung sowie Konzentrationspraxis und leitet privat einen gemischten Chor.



Roundtable

kurth@mdw.ac.at



Roundtable
Sa, 10:00 Uhr

Zukunftsvisionen der Musikphysiologie

Roundtable, Daniel S. Scholz, Claudia Spahn, Anke Steinmetz, Christoff Zalpour und Coretta Kurth (Moderation)

- ▶ Daniel Sebastian Scholz *1983: Studien in Jazzkomposition, Jazzgitarre, Jazzklavier und Gesang. Dr. rer. nat. am Zentrum für Systemische Neurowissenschaften in Hannover, Ausbildung zum psychologischen Psychotherapeuten mit der Spezialisierung in kognitiver Verhaltenstherapie. Seit Oktober 2022 Universitätsprofessor für Musizierendengesundheit an der Musikhochschule Lübeck und der Universität zu Lübeck.
- ▶ Claudia Spahn * 1963: Diplom- Musiklehrerin und konzertierende Pianistin und Blockflötistin sowie seit 1993 Dr. med. bzw. seit 1999 Fachärztin für Psychotherapeutische Medizin. Leitung – gemeinsam mit Bernhard Richter – das Freiburger Institut für Musikermedizin (FIM).
- ▶ Anke Steinmetz: Studium Violine mit künstlerischem Diplom, Facharzt Ausbildung für Physikalische und Rehabilitative Medizin. Von 2017 bis 2019 Präsidentin der Deutschen Gesellschaft für Musikphysiologie und Musikermedizin, seit 2019 Vizepräsidentin der Gesellschaft. 2020 Rufannahme auf die Kurt-Alphons Jochheim-Stiftungsprofessur für Physikalische und Rehabilitative Medizin an der Universitätsmedizin Greifswald.
- ▶ Christoff Zalpour: Professor für Physiotherapie an der Hochschule Osnabrück, ärztlicher Leiter der Lehranstalt für Physiotherapie DAA Münster und in der kardiovaskulären Grundlagenforschung (Stanford). Seit 2007 Direktor des Institutes für angewandte Physiotherapie in Osnabrück, seit 2019 Leitung der von ihm gegründeten Physiolabs.

Musikermedizinische Zentren, Musikphysiologische Institute und alle Einrichtungen, bei denen Musiker_innengesundheit im Mittelpunkt stehen, sind in den letzten Jahrzehnten gewachsen und unterstützen Studierende bei der Berufsausübung.

Coretta Kurth im Gespräch mit Leiter_innen solcher Zentren über aktuelle Lösungen und vielversprechende Zukunftsvisionen.



Dietlind

Jacobi

Berlin (D)

dietlindjacobi@aol.com

www.dietlindjacobi.de



Workshop
Sa, 11:00 Uhr

Konzept Schlaffhorst-Andersen: ein ganzheitlicher Ansatz in der Ausbildung und Gesunderhaltung von Musizierenden

Dietlind Jacobi

Das Konzept basiert auf der lebenslangen Forschungsarbeit von C. Schlaffhorst und H. Andersen, welche sich um die vorletzte Jahrhundertwende aus eigener Not heraus mit dem Thema Atmung und Stimme beschäftigten. Sie erkannten und nutzten die Wechselwirkung von Atem-, Stimm- und Bewegungsfunktionen. Grundlage ist dabei der „dreiteilige Rhythmus“, welcher sich in der Atmung widerspiegelt (Einatmung-Ausatmung-Pause) und in allen Bewegungen zu finden ist (Zusammenziehung-Dehnung-Lösung). Seine konsequente Anwendung ermöglicht einen ganzheitlichen Ausgleich von Spannungen und das gezielte Erarbeiten eines elastischen Muskelspiels. Gleichzeitig entsteht eine regenerierende oder aktivierende Wirkung auf den gesamten Organismus. Die Vertiefung der Atembewegung fördert die Aufrichtung, Zentrierung und Fokussierung nach innen, was für die Gestaltung eines Kunstwerkes wie auch für das gemeinsame Musizieren genutzt werden kann.

Mit den kreisenden, schwingenden, atem- und bewegungsrhythmischen Übungen nach Schlaffhorst-Andersen können Musizierende u.a. lernen,

- den eigenen Atemrhythmus und damit die innere Balance wiederzufinden,
- die Koordination von Atem- und Spielbewegung zu optimieren,
- Atemkraft sowohl für eine physiologische Haltung und Aufrichtung wie auch für die Tongestaltung zu nutzen,
- das Körperbewusstsein zu schulen, um Haltungs- und Bewegungsfehler zu erkennen, zu korrigieren und zu vermeiden,
- Verspannungen aufzulösen,
- den Atem zur Regeneration und Entspannung, aber auch zur Stressbewältigung zu nutzen.

Wer physische und psychische Höchstleistungen erbringen will, wie das Musizieren, sollte geeignete Techniken beherrschen, um Körper, Seele und Geist in Einklang zu bringen. Hierzu leistet das Konzept Schlaffhorst-Andersen einen ganzheitlichen Beitrag.

Der Workshop bietet die Möglichkeit, einfach durchzuführende Übungen für Atmung und Bewegung auszuprobieren und deren Wirkung zu erleben. Die Einbeziehung des Konzeptes Schlaffhorst-Andersen in die Ausbildung von Musiker_innen wird exemplarisch dargestellt.

Dietlind Jacobi

Atem-, Sprech- und Stimmlehrerin

(Konzept Schlaffhorst-Andersen)

NLP- Master-Practitioner (DVNLP)

Energetische Psychotherapie EDxTM nach F.Gallo

Langjährige therapeutische Tätigkeit und Erfahrung im Bereich der Stimm- und Sprachtherapie mit Erwachsenen und Kindern in einer Praxis für Atem-, Sprech- und Stimmtherapie in Berlin;

Lehrbeauftragte für Atem- und Bewegungsschulung, Hochschule für Musik „Hanns Eisler“; Kurt-Singer-Institut für Musikergesundheit, Berlin;

Dozentin an der Berufsfachschule für Atem-, Sprech- und Stimmlehrer CJD-Schule Schlaffhorst-Andersen, Bad Nenndorf, bis Jan 2020;

Projektarbeit und Coaching für

Sänger_innen, Musiker_innen,

Schauspieler_innen, Journalist_innen,

Lehrer_innen, Callcenter-

Mitarbeiter_innen;

Seminare für Atem- und

Stimmbildung/Sprecherziehung in der Erwachsenenbildung



**Gail
Schwarz**

Wien (A)

gail@gailschwarz.com

gailschwarz.com



**Workshop
Sa, 11:00 Uhr**

Probespielen der Feldenkrais-Methode für Musiker_innen **Gail Schwarz**

Die Feldenkrais-Methode wurde von dem Wissenschaftler, Ingenieur und Judomeister Moshe Feldenkrais (1904-1984) entwickelt und ist eine somatische Erziehungsmethode, die in Gruppen und individuell durchgeführt werden kann. Die Methode verfolgt Prinzipien wie Umkehrbarkeit, Verringerung der Anstrengung, Bewusstheit, Neugier oder Differenzierung, die für Musiker_innen und Mediziner_innen gleichermaßen von großer Bedeutung sind. Musiker_innen üben dauerhaft anstrengende körperliche Arbeit aus. Ihr Körper ist mit ihrer Kunst untrennbar verbunden. Sich auszuruhen und überbeanspruchte Muskeln zu rehabilitieren, kann für manche Musiker_innen ein Tabu sein, trotzdem findet die Methode einen beliebten Platz im Alltag von manchen Musiker_innen.

Dieser Workshop lädt Musiker_innen sowie ihre Mediziner_innen ein, sich kurz mit der Feldenkrais-Methode zu beschäftigen und sie in Form einer einführenden Gruppenstunde zu testen. Der Inhalt wird als Gruppenstunde präsentiert mit kurzer Einführung über die Methode. Der größte Teil des Workshops findet auf dem Boden statt, wobei die Workshop-Leiterin verbale Anweisungen gibt. Die Teilnehmer_innen werden ermutigt, sich aktiv mit dem Material zu beschäftigen, können aber auch nur zuschauen. Bitte tragen Sie Kleidung, in der Sie sich gut bewegen können. Dies ist ein praktischer Workshop mit sanften Bewegungen in einer Gruppe, die sich nach den individuellen Fähigkeiten richtet.

In der Praxis können die Bewusstheit bei der Bewegung und die Verringerung der Belastung dem Auftreten von Verletzungen vorbeugen und die Leistung verbessern. Aspekte der Methode können hilfreich sein, um individuelle Aufführungssängste abzubauen. Subjektive Haltungsverbesserungen werden von den Teilnehmenden oft wahrgenommen. Außerdem können Feldenkrais-Lektionen physio- und psychotherapeutische Behandlungsprozesse ergänzen. Schließlich, obwohl es eine pädagogische Methode ist, kann Feldenkrais eine therapeutische Wirkung auf den Einzelnen haben.

Gail Schwarz ist Musik- und Feldenkrais-Lehrerin in Wien mit konzertierenden und pädagogischen Abschlüssen aus Südafrika (University of Pretoria) und der Schweiz (ZHdK). Dazu hat sie 23 Jahre Musikunterrichtserfahrung an verschiedenen Musikschulen in Südafrika, der Schweiz und Österreich. Ihre Feldenkrais-Ausbildung hat sie am Feldenkrais Institut Wien 2015 absolviert. In 2021 hat sie an der ZHdK ihren MAS in Musikphysiologie mit Auszeichnung abgeschlossen.

Neben der Leitung ihrer eigenen Praxis in Wien unterrichtete Gail von 2018 bis 2022 am Vorarlberger Landeskonservatorium im Bereich Musikphysiologie, wo sie das „Performance Training“ einführte und entwickelte. Gail tritt regelmäßig in Konzerten auf und ist regelmäßig unterwegs als Referentin zum Thema Musikphysiologie in Österreich, der Schweiz und den USA. Derzeit bildet sie sich weiter in Psychologie.



**Elisabeth L.
Weninger**

Salzburg (A)

elweninger@gmail.com

art-of-flow.com



**Workshop
Sa, 11:00 Uhr**

„Anatomy Trains“ in der asymmetrischen Instrumentalhaltung Elisabeth L. Weninger

Biomechanische Wirkungsweisen der myofaszialen Funktionsketten in der Instrumentalhaltung spürend selbst erfahren und beobachtend verstehen.

Muskelfaszien umhüllen und durchziehen ganz fein jeden Muskel und laufen zur Sehne zusammen. Biomechanisch gesehen fungieren sie als „Verpackung“, geben Halt und Gegenspannung, und als Gleitschicht. Die Funktionen der Muskeln und Faszien können nicht getrennt voneinander gedacht werden. Und dennoch erweitert der Blick auf die Faszien unser Verständnis für größere Zusammenhänge. Thomas Myers beschreibt in seinem Buch „Anatomy Trains“ sogenannte myofasziale Leitbahnen, die aufgrund ihrer fasziellen Verbindungen funktional über weite Strecken durch den Körper wirken. Über Zug und Spannung unterstützen sie posturale Kompensationen.

Unter diesem Blickwinkel werden wir funktionale Auswirkungen von asymmetrischen Instrumentalhaltungen auf das posturale System betrachten.

Ziel dieses Workshops ist es, durch anatomisches Verständnis nach dem systemischen Prinzip des Tensegrity-Modells die Fähigkeit der Beobachtung zu schärfen, um potentiellen Verspannungen bereits im Vorfeld entgegenwirken zu können.

Wir beginnen den Workshop mit Armübungen, die die Schulter-, Nacken- und gesamte Rückenmuskulatur aktivieren und den Brustkorb über die Brustwirbelsäule in Bewegung bringen.

Danach erfahren Sie kurz gefasst die wesentlichen Facts über Struktur und Funktion der Muskelfaszien. Wie unsere Faszien als systemisches Netzwerk, als Gleitschicht zwischen Muskeln, Muskelbündeln und Muskelfasern und als Zug-Kraftübertragung in myofaszialen Ketten funktionieren, dient uns als Basisverständnis für unsere nachfolgende praktische Arbeit. In Kleingruppen werden wir uns zuerst ohne und dann mit Instrument diesen myofaszialen Funktionsketten, den sog. Anatomy Trains widmen. Es geht darum, selbst zu spüren, wie eine einseitig auf den Körper wirkende Schwerkraft die Zugkraft auf der Gegenseite fordert und wie das Zentrum das Gewicht der Peripherie auszugleichen sucht. Die eigene spürende Erfahrung und das biomechanische Verständnis der Prinzipien sind die Voraussetzung für einen geschärften Blick am Gegenüber. Im Austausch üben wir auch das Beobachten und Verbalisieren, das schlussendlich Ihren Schüler_innen zugute kommt.

Sie sind eingeladen, Ihr Instrument zum Workshop mitzubringen.

IGP-Studium (Violine, Klavier; 1993) am J. M. Hauer-Konservatorium, Wr. Neustadt. Musik- und Bewegungserziehung am Mozarteum Salzburg (1996). Bis 2013 Unterricht an Niederösterreichischen Musikschulen und regelmäßige Orchestertätigkeit. Berufsbegleitende Ausbildung zur Tanzpädagogin. Lehrgang Atem-, Stimm- und Bewegungserziehung an der mdw. 2003 Gründung des Studios für Musik und Tanz Tamburin in Wr. Neustadt. Auftritte als Performerin und mit Tanztheater Metaffa. Ausbildung zur Ortho-Bionomy®-Practitionerin (2011). Eine Tanzverletzung führte zum Forschungsfeld der Faszien. 2015 Masterarbeit am Mozarteum „Faszien im Blickpunkt nachhaltiger Bewegungsbildung“. Auf dieser Basis und div. Fortbildungen entstand das pädagogische Konzept FASZIEN. imTANZ®. Workshops dazu seit 2014. 2017 staatliches Diplom als Schauspielerin. 2023 Lehrgang für Musikphysiologie an der mdw. Die umfangreichen Erfahrungen fließen in ihre Arbeit als BodyMind : Präsenz-Trainerin unter dem Motto „Art of flow“ ein.



**Milan
Franek**

Prag (CZ)

mfranek8@gmail.com

www.epta-cz.com



**Workshop
Sa, 11:00 Uhr**

Wichtige Momente im Prozess der Etablierung der Grundlagen einer gesunden Klaviertechnik **Milan Franek**

Im Rahmen dieses Vortrages behandle ich aus meiner Sicht wesentliche Aspekte, von der richtigen Körperhaltung und Muskeleinstellung des Spielapparates über die Entspannung und Funktionalität des Schultergelenks und des beweglichen Handgelenks bis hin zum effektiven Arbeiten der einzelnen Finger und die Bedeutung der Sensibilität der Fingerspitzen.

Ich widme mich den Ursachen, warum man trotz normaler motorischer Fähigkeiten und körperlicher Beweglichkeit sehr oft schon in früher Kindheit (im Alter von 4 oder 5 Jahren) seinen eigenen Körper nicht ideal beherrscht im Vergleich zum ersten Jahr unseres Lebens, als alles meistens noch tadellos funktionierte. Zu den Inhalten meines Vortrages gehören selbstverständlich auch Übungsbeispiele und Lösungsvorschläge zu einzelnen Teilen des Spielapparates. Ich beschäftige mich ganz besonders mit der Entspannung des ganzen Spielapparates als dem notwendigen Ausgangspunkt für problemloses Klavierspielen, vor allem aber speziell mit der Entspannung der einzelnen Fingergelenke, der Handfläche, dem Handgelenk und dem Unterarm. Den Moment der richtigen und notwendigen Entspannung der Hände und Arme betrachte ich als die wesentliche Bedingung und Basis für weitere erfolgreiche schöpferische und künstlerische Arbeit am Klavier.

Als Hauptinformationsquelle zu diesem Thema erwähne ich meist neben der von mir empfohlenen Literatur (Neuhaus, Schmid-Shklovskaya, Kryzhanovsky, Ortmann, Margulis u.a.) die zwölfjährige regelmäßige Konsultationszeit mit Dr. Jiri Cumpelik, Physiotherapeut des Balletts des Nationaltheaters in Prag und zugleich Pädagoge an der Gesangsabteilung der Musikfakultät der Akademie für Musik und darstellende Kunst in Prag, Tschechische Republik, 3 Webseiten renommierter Pianistinnen und Klavierprofessorinnen (Expertinnen im Bereich von gesunder Klaviertechnik) und vor allem natürlich meine eigene langjährige Praxis als Pianist und Klavierpädagoge mit internationalen Klavierstudent_innen sowohl in der Tschechischen Republik als auch im Ausland (Wien-Österreich, Shah Alam-Malaysien, Zhaoqing-China).

Dr. Milan Franek studierte am Konservatorium in Pilsen und der Akademie der darst. Künste in Prag, Tschechische Republik, an der mdw und in Graz, Österreich sowie an der Karls-Universität in Prag, Tschechische Republik. M. Franek unterrichtete an verschiedenen Musikinstitutionen und Musikuniversitäten sowohl in der Tschechischen Republik als auch im Ausland. Milan machte mehrere Aufnahmen für den tschechischen Rundfunk. Im April 2015 nahm er sämtliche Jazz-Etuden des tschechischen Komponisten Milan Dvorak für das englische Label „Toccata Classics“ auf. Seit dem Jahr 2012 leitet Milan Franek Klaviermeisterkurse an renommierten Musikinstitutionen in vielen europäischen und asiatischen Ländern. Seit 2010 ist Milan Franek Präsident der European Piano Teachers Association (EPTA) für die Tschechische Republik (www.epta-cz.com). Der Lehransatz von Dr. Franek verbindet sowohl die physische Seite des Klavierspiels wie z. B. die richtige Körperhaltung und die Vermeidung von Schmerzen und Verletzungen als auch musikalische Aspekte (basierend auf der historisch informierten Aufführungspraxis insbesondere im Barock und der Klassik).



**Damir
Del Monte**

Innsbruck (A)

info@damirdelmonte.com



**Keynote
Sa, 11:30 Uhr**

Wie kommt die Welt in den Kopf? – Wahrnehmung und Imagination aus neurowissenschaftlicher Sicht **Damir Del Monte**

Wahrnehmung ist nicht exaktes Abbild der Realität, sondern eine Hypothese des Gehirns. In jedem Augenblick unseres bewussten Seins erschafft unser Gehirn eine Welt in uns. Wir halten das Erlebte für die Realität. Aber das ist sie nicht. Die Welt, wie wir sie wahrnehmen, ist eine Rekonstruktion des Gehirns, die anhand der eingehenden Sinnesdaten erfolgt. Doch zur Erschaffung dieser inneren Welt nutzt das Gehirn nicht nur die einströmenden Informationen. Es steckt auch eigene Annahmen hinein.

Ohne diese Annahmen bzw. Vorhersagen wäre eine Auswertung der Sinnesinformationen gar nicht möglich. Zugleich finden wir hier auch die Basis für die Ausbildung von Imaginationen. Dieser Vortrag führt durch die Wunderwelt des Gehirns und zeigt dessen Fähigkeit zum Aufbau innerer Vorstellungsbilder. Die Rundreise mündet in der Frage, inwieweit diese Imaginationen für Lernprozesse, nicht zuletzt auch musikalische Fertigkeiten, nutzbar gemacht werden können.

Dr. phil. Dr. scient. med. Damir del Monte ist Neurowissenschaftler. Studium und Promotion in den Fächern Psychologie (Universität Hannover und Köln) und Medizin-Wissenschaft (Universität Heidelberg, PMU Salzburg). Forschungsschwerpunkte: Lernen, Psychotraumatologie, neurowissenschaftliche Depressions- und Therapieforschung. Er ist freier Wissenschaftler an der PMU Salzburg, Dozent für „Funktionelle Neuroanatomie“ und "Neurobiologie der Psychotherapie" an der Universität Innsbruck und der SFU Ljubljana. Als internationaler Speaker führt er Profis wie auch interessierte Laien durch seine „Hirnwelten“.



**Joanna
Kaniewska-Eröd**

Wien (A)

joannakaniewska@yahoo.com

www.joannakaniewska.com



**Workshop
Sa, 12:00 Uhr**

Mit "VESPA" erfolgreich ans Ziel - mehr Klarheit - mehr Kraft - mehr Zeit **Joanna Kaniewska-Eröd**

Hilfe u.a. bei:

- Probespiel/Hearing-Vorbereitung
- Auftrittskompetenz
- Beruflicher Positionierung

Führe die Regie auf deiner Bühne!

Egal, wohin Dein Lebensweg Dich führt, unterwegs kannst Du einiges beeinflussen, die Regie in die eigene Hand nehmen und Dich nicht mehr wie ein Tourist im eigenen Leben fühlen. Mit dem VESPA-Modell musst Du von Deinen Zielen nicht nur träumen! Und wie funktioniert das?

Entfalte Deine VISION, scanne Deine EMOTIONEN dazu, entwickle die STRATEGIE und zünde Deine POWER, damit Du leichter und rascher ANS ZIEL kommst!

Bist Du bereit für Deine individuelle Entdeckungsreise? Willst Du genauer wissen, wohin es geht?

Zuerst Richtung Klarheit und Übersichtlichkeit für die Routenplanung! Ich helfe Dir bei der Visionsentfaltung und der Motivationssteigerung. Wir überlegen gemeinsam, wie Du Deine Ziele individuell formulierst und den Weg dahin nachhaltig gestalten möchtest. Dann überprüfen wir die Beliefs zu Deinen Themen und gehen die gewünschten Veränderungsprozesse gemeinsam an. Als nächstes erfährst Du, welche Strategien Du genau brauchst, um Deine Ziele zu erreichen und Deine Träume zu verwirklichen.

Mit Hilfe von Mentaltrainings- und Körperarbeit-Tools sowie jeder Menge Spaß und Entschlossenheit designst Du Dein Leben, in dem Du stimmig nach innen und strahlend nach außen auftreten kannst!

Dr. Joanna Kaniewska-Eröd, Absolventin der Musikuniversitäten Warschau und Wien, lebt seit 2006 in Wien und ist sowohl als internationale Konzertgeigerin als auch als Mentaltrainerin und Körperarbeitspädagogin tätig. Zu ihren Fortbildungen gehören der Zertifizierungslehrgang Musikphysiologie (MDW Wien), Ausbildung zum Mentaltrainer (IfMES), Business Mentalcoaching (Sprungkraft Consulting), Tanzausbildung für zeitgenössischen Tanz (Tanzstudio Move on). Als erfahrene Pädagogin gibt sie ihr Wissen an Institutionen wie u.a. MDW Wien, MUK Wien, KUG Graz, Tiroler Landeskonservatorium, Universität für Musik Warschau und Musikakademie in Bydgoszcz weiter. Sie wirkt auch aktiv in der Fachgruppe Musikphysiologie der ÖGfMM mit, wo sie u.a. Prima Fit – der junge Kanal für das gesunde Musizieren mitkonzipierte. Zu ihren Projekten in Planung gehören u.a. Kooperationen mit der Orchesterakademie des ORF Radiosymphonieorchesters Wien. Seit 2013 führt sie auch ihre Privatpraxis, in der sie ihr Wissen mit Musiker_innen, Künstler_innen und anderen Klient_innen teilt.



**Veronika
Lubert**

Wien (A)

veronikalubert@gmail.com

veronikajanalubert.com



**Workshop
Sa, 12:00 Uhr**

Cleverer Zielsetzung für gesundes und erfülltes Musizieren **Veronika Lubert**

Ziele fokussieren unsere Aufmerksamkeit, geben unserem Handeln eine Richtung und sind ein essenzieller Teil unserer Selbstregulation. Wenn wir ein Ziel erreichen, kann es uns mit Zufriedenheit erfüllen, aber auch zu weiteren Bemühungen anspornen. Ziele helfen uns, zu überprüfen, ob wir Fortschritte machen und uns weiterentwickeln. Sie begleiten uns kontinuierlich auf dem Weg des lebenslangen Lernens und können dabei ganz unterschiedliche Formen annehmen. Zielsetzung ist somit für das Üben, aber auch für die Probespielvorbereitung oder das Auftreten auf der Bühne von zentraler Bedeutung, und zwar für alle Fähigkeitsniveaus. Kluge Zielsetzung macht das Üben effektiver und freudvoller und kann zur Prävention von Überlastungen, die durch übermäßiges Musizieren entstehen können, beitragen. Wie also geht „smarte“ Zielsetzung genau? Wie hängen Zielsetzung, Motivation, Angst und Selbstvertrauen zusammen? Wie kann man mit Hindernissen, Blockaden und der Tendenz zur Prokrastination umgehen?

Wahrscheinlich haben Sie schon oft gehört, dass man sich spezifische und fordernde Ziele setzen sollte. Doch was bedeutet das eigentlich, und welche Rolle spielt hier der Kontext? Wie funktioniert Zielsetzung für Sie persönlich, und wie unterstützen Sie Ihre Schüler_innen, Studierenden oder Klient_innen dabei? Mit diesem Workshop möchte ich Ihnen nicht nur einen Einblick in wichtige und neueste Erkenntnisse aus der psychologischen Forschung rund um Zielsetzung und Übestrategien geben, sondern zudem konkret und praktisch erarbeiten, wie Sie Ihre eigene Definition, Imagination und Umsetzung von Zielen verbessern können. Wir werden dafür Strategien zur Zielsetzung und Selbstregulation insbesondere in Hinblick auf Motivation, Planung, auswendig Musizieren und (Übe-)Gewohnheiten beleuchten. Ich lade Sie zur Selbstreflexion und Visualisierung, aber auch zur Diskussion ein.

Optional können Sie gerne ein Musikstück oder persönliches Anliegen mitbringen, an dem Sie neue Strategien erproben möchten!

Dr. Veronika Lubert ist Universitätslektorin für Motivation und Selbstregulation an der Fakultät für Psychologie der Universität Wien und selbständige Psychologin mit eigener Coaching-Praxis. Unterstützt von verschiedenen Grants und Fellowships forscht sie an der Universität Wien, der Swedish School of Sports and Health Sciences und am Royal Northern College of Music. In ihrer Forschung fokussiert sie auf den Wissenstransfer zwischen der Sportpsychologie und den darstellenden Künsten und adaptiert sportpsychologische Interventionen für die Verbesserung von Leistung unter Druck in Musik, Tanz und Schauspiel. Mit Studienabschlüssen in Psychologie und Konzertfach Violine und verschiedenen Coachingausbildungen ist sie als psychologische Coach für Musiker_innen und auch als Violinistin in verschiedenen Ensembles aktiv.



**Veronika
Morscher**

Wien (A)

veronikamorscher@gmail.com

www.veronikamorscher.com



**Vortrag
Sa, 12:00 Uhr**

Psychologische Kompetenzen und Ressourcenarbeit für Musik-Studierende und professionelle Musiker_innen **Veronika Morscher**

Der Arbeitsbereich professioneller Musiker_innen kann äußerst vielfältig sein und der Musiker_innen-Beruf, so selbstgewählt und erfüllend er auch sein kann, bringt vielerlei Herausforderungen mit sich, auf die Musiker_innen oft nicht vorbereitet sind. Es ist eine Gratwanderung, produktiv und kreativ zu sein, eine positive und wertschätzende Verbindung zu sich und dem eigenen Instrument zu erhalten und gleichzeitig mit der eigenen Musik Geld zu verdienen, Leistung erbringen zu müssen und sich regelmäßig Kritik auszusetzen. Es ist ein Balanceakt, Privates und Berufliches unter einen Hut zu bekommen bzw. überhaupt Grenzen zu ziehen, was wohin gehört. Natürliche Auszeiten und Pausen ergeben sich deshalb meist nicht und bei tatsächlichem „Urlaub“ schwingt ein schlechtes Gewissen oder der ständige Druck mit, zu üben, online präsent oder irgendwie „aktiv“ bleiben zu müssen.

Veronika Morscher ist Sängerin, Yoga-Lehrerin und hat Psychologie studiert. Sie lehrt Auftrittcoaching, Einführung in die Atem- und Bewegungslehre, Yoga und Konzentrationspraxis in der Abteilung Musikphysiologie an der MDW. Sie ist außerdem an der HfMDK in Frankfurt tätig als Dozentin für Präsentationstraining und Ressourcenarbeit und arbeitet freiberuflich als Gesangsdozentin, Sängerin und Songwriterin hauptsächlich in Österreich und Deutschland.

Das Musiker_innen-Dasein kann auch psychisch belastend sein, da es mit häufigem Reisen, finanzieller Instabilität, wechselnden beruflichen Herausforderungen und Abweisung verbunden und eng verwoben mit der eigenen Identität und dem Selbstwert ist. Oft ist es so, dass v.a. Freiberufliche für alles selbst zuständig sind: Für Buchhaltung, Konzertorganisation, Bandleitung, Anträge, Abrechnungen, Booking, Marketing, Komposition, Umgang mit Selbstzweifeln, Kritik, finanziellen Unsicherheiten etc. und das ganz abgesehen vom Üben, Vorspielen, Unterrichten, Proben und Konzerte-Spielen. Musiker_innen arbeiten auf Hochleistungsniveau und sind dabei – anders als im Sport – oft völlig auf sich alleine gestellt.

Es ist daher sinnvoll, diese potenziellen Herausforderungen schon im Studium anzusprechen und im Rahmen dieses Workshops möchte ich psychologische und musikspezifische Themen vorstellen, die in meinen Kursen bisher bei den Musiker_innen großen Anklang gefunden haben und generell mehr Raum und Aufklärung genießen könnten. Neben einer Art „Psychoedukation“ ist es mir auch wichtig, den Studierenden Möglichkeiten zu bieten, sich selbst, eigene Neigungen und Persönlichkeitsprägungen näher kennen zu lernen. Dafür habe ich Übungen zur Ressourcenarbeit zusammengestellt, von denen ich Auszüge im Rahmen des Workshops vorstellen möchte.

Durch die Ressourcenarbeit und die Auseinandersetzung mit bestimmten psychologischen Themen, die für den Musiker_innen-Alltag relevant sind, können spannende Diskussionen entstehen, welche Reflexion und Achtsamkeit im Alltag anregen, zu einer verbesserten Selbstregulation, psychologischer Kompetenz und erhöhten Selbstakzeptanz beitragen können.



**Heidi
Schneider**
Waakirchen (D)

heidi@hejosch.de
linksgespielt.de



Klavier mit links – Einführung der gespiegelten Tastatur im Klavierunterricht für Linkshänder **Heidi Schneider**

Im Workshop besteht die Möglichkeit, das gespiegelte Piano selbst auszuprobieren.

Der Workshop informiert über die Wichtigkeit der Rolle der Händigkeit am Klavier vom ersten Beginn des Unterrichts bei Kindern und bei Erwachsenen.

Es erfolgt die Beschreibung der unterschiedlichen Rolle beider Hände (der dominanten und nicht dominanten Hand) im Anfängerklavierunterricht und später, wenn es um die Entwicklung der Unabhängigkeit beider Hände beim Klavierspiel geht.

Es wird auf die Entwicklung der Handschrift mit gehirnphysiologischen Aspekten eingegangen und auf die Auswirkung beim künstlerischen Ausdruck. Letzterer erfolgt durch Schrift, Literatur, in bildender Kunst und durch emotionale künstlerische Gestaltung in der Musik.

Eine lange anhaltende Hemmung dieses individuell künstlerischen Ausdrucks in den verschiedenen Bereichen mit früher Händigkeitsvertauschung kann zur Entstehung von chronischen Erkrankungen beitragen.

Es werden Unterrichtsmöglichkeiten vorgestellt, wie Klavierlehrer, die sich noch nicht mit der gespiegelten Tastatur beschäftigen konnten, mühelos diese Tastatur bei linkshändigen Schüler_innen händigkeitsgerecht in Präsenz- und Fernunterricht einsetzen können. Wer sich selbst mehr mit der gespiegelten Tastatur beschäftigen möchte, dem werden Hinweise angeboten, sich darauf gut zu orientieren und möglicherweise auftretende Verwechslungen zu minimieren.

Die Frage, wie man die herkömmliche Notenschrift verwendet, ist noch nicht komplett geklärt, es werden neue Möglichkeiten vorgestellt und es werden die Vor- und Nachteile der üblichen Notenschrift beleuchtet.

Bei Interesse wird über den historischen Weg und die Entstehung gespiegelter Tastaturen gesprochen von 1878 am Mangeot-Piano, das heute im Instrumenten Museum in Brüssel ausgestellt ist, über die Entstehung neuerer gespiegelter Tastaturen um die Jahrtausendwende von Christopher Seed (historisches Hammerklavier gespiegelt) und Geza Loso (moderner Konzertflügel).

Es werden Möglichkeiten aufgezeigt, wie man an der gespiegelten Tastatur völlig neue Klänge und Kompositionen erfinden kann.

Seit 1991 approbierte Ärztin nach dem Studium an der FSU Jena.

Schwerpunkte: Erkennung und Beseitigung von Krankheitsursachen, Gesundheitsprophylaxe.

Seit 2001 Beschäftigung mit Lernprozessen, Lerngeschwindigkeiten (Hochbegabung + Lernstörungen), Körperlernen und Gehirnphysiologie.

15 Jahre Erfahrung mit Anfängerklavierunterricht von Dorfkindern. Seit 2012 Beschäftigung mit der Rolle der Händigkeit im Alltag, beim musikalischen Lernen sowie bei der Entstehung von chronischer Krankheit.

Elf Jahre Selbstversuch mit der gespiegelten Klaviatur am Klavier. Entwürfe von Klaviatursplittungen am E-Piano, damit rechts – und linkshändige Kinder an einer elektronischen Klaviatur gemeinsam in der Familie vierhändig spielen können.

Veröffentlichungen in der Piano News und auf der Seite linksgespielt im Internet.

**Petra****Lang**

Frankfurt (D)

Pedrian@gmx.at



Vortrag
Sa, 12:15 Uhr

Biopsychosoziales Modell und Sänger_innen-Gesundheit

Petra Lang

Die Berücksichtigung biologischer, psychologischer und sozialer Faktoren kann bei der Entwicklung eines effizienten, ganzheitlichen Ansatzes für das "Gesundheitsmanagement" von Sänger_innen hilfreich sein.

Dieser Vortrag konzentriert sich auf professionelle Sänger_innen aus dem Klassik-Bereich. Berufssänger_innen bezeichnen sich vermutlich dann als gesund, wenn sie singen können. Um auf der Bühne zu performen sind sie meist in der Lage, selbst größere Schwierigkeiten zu überwinden. Nun wird es in jeder Karriere möglicherweise immer wieder zu berufsspezifischen gesundheitsbedingten Krisen oder Problemen kommen. Diese können für Sänger_innen mit dem Wegfall von Auftritten und Folgeengagements, finanziellen Einbußen, dem frühen Karriere-Ende, mit einem Berufswechsel und dem vermeintlichen Reputationsverlust verbunden sein. Die Tatsache, nicht aufzutreten oder als Sänger_in nicht aufgetreten zu sein, kann schnell zu einem Gefühl des Versagens führen, welches zukünftige Darbietungen schwierig erscheinen lässt.

In solchen Krisensituationen ist schnelle Hilfe nötig: zum einen die Unterstützung von externen Fachleuten verschiedener Disziplinen, und zum anderen die sängerische Eigenverantwortung, die eine Krise als Weg zur persönlichen Entwicklung annimmt. Mit Fokus auf dem individuellen Status Quo gilt es eigenständige Strategien zu entwickeln, die eine schnelle stimmliche Regeneration im Berufsalltag und damit eine möglichst störungsfreie berufliche Laufbahn ermöglichen.

Der Blick durch eine „Multisystem-Linse“ kann zum besseren Verständnis dieser Zusammenhänge beitragen und vor allem Sänger_innen helfen, ihre Selbstwahrnehmung zu stärken und zu lernen, die Beziehung zu Mediziner_innen, Therapeut_innen, Coaches und Gesangslehrer_innen als Teamarbeit zu verstehen, die ihnen ermöglicht, Verantwortung für die eigene Gesundheit und ihre gesangliche Leistung zu übernehmen und so eine gute Balance zwischen Körper, Psyche, sozialem und beruflichem Umfeld herzustellen.

Petra Lang gilt als eine der renommiertesten Wagner-Interpretinnen. Ihre legendäre Ortrud war weltweit zu erleben. Nach Anfängen im lyrischen Mezzo-Fach ist sie bekannt für die Darstellung von Wagners Heroinen und sang u.a. Brangäne und Isolde in Bayreuth, München und Wien. Gustav Mahlers Werke bildeten den Schwerpunkt ihres weitgespannten Konzertrepertoires. Die studierte Geigerin und engagierte Musikpädagogin begleitete schon während ihrer aktiven Sängereizeit Kolleg_innen bei stimmlichen und in beruflichen Krisen. Schon früh sah sie die Notwendigkeit eines ganzheitlichen Ansatzes und besuchte berufsbegleitend Aus- und Fortbildungen u.a. in den Bereichen Pädagogik, Mentaltraining und Ernährung. Im Lockdown entwickelte sie ein BDG-zertifiziertes Online-Format mit Vorträgen „Stimmphysiologie für Klassik-Sänger, Pianisten und Dirigenten“. Sie betreut das Unterrichtsstudio Gesang Master Konzert an der HfMDK in Frankfurt am Main und ist Mitglied in EVTA-Austria und DGfMM.



**Jakob
Leiner**

Freiburg (D)

jakob.leiner@uniklinik-freiburg.de

fim.mh-freiburg.de



**Vortrag
Sa, 12:30 Uhr**

Atmungsvorgänge beim Hornspiel – Einfluss von Spielpositionen auf Ventilationsmuster und abdominelle Muskelaktivität

Jakob Leiner, Yannick Trares, Stefan Schumann, Louisa Traser, Claudia Spahn

Bislang sind Darstellungen der Lungenventilation beim Blechblasinstrumentenspiel in der Forschungsliteratur wenig repräsentiert. Die vorliegende Studie untersucht den Einfluss von Spielpositionen auf Ventilationsmuster der Lunge und abdominelle Muskelaktivität beim Hornspiel. Insbesondere werden Unterschiede zwischen Sitzen und Stehen in der klassischen Hornspielposition (Oberkörper-rotiert) und zwischen einfachem B-Horn und Mellophon (B-Hornäquivalent, "Trompetenspielposition") betrachtet. Die primäre Hypothese lautet, dass die instrumentenspezifische Spielposition die Lungenventilation sowie die abdominelle Muskelaktivität während des Hornspiels beeinflusst.

Zur Funktionsanalyse der Lungen bietet sich die Elektrische Impedanz-Tomographie (EIT) als eine nicht-invasive und ohne Spieleinschränkungen durchzuführende Messmethode an, über Änderungen der elektrischen Widerstände die Lungenventilation in vier anatomischen Bereichen darzustellen. Das Horn wurde als Blechblasinstrument mit vergleichsweise hohem Anblasdruck gewählt, da es zusätzlich die Möglichkeit der Erforschung der Einflüsse von Spielpositionen auf Ventilationsmuster bietet.

Im Gegensatz zu Instrumenten mit niedrigem Anblasdruck (wie Blockflöte oder Singen) benötigt das Blechblaspiel zur Drucksteuerung und -aufrechterhaltung (Stichwort „Stütze“) eine gesteigerte abdominelle Muskelaktivität. In der Literatur finden sich Hinweise auf Aktivitätsunterschiede zwischen sitzender und stehender Spielposition. Dies wird in einem zweiten Messschritt mittels oberflächlicher Elektromyographie (sEMG) des Vergleichsmuskels M. rectus abdominis verifiziert und zusätzlich um einen Vergleich zwischen Horn- und Mellophonspiel ergänzt. Insgesamt möchte die vorliegende Studie einen grundlagenphysiologischen Beitrag zum besseren Verständnis des Blechblasinstrumentenspiels liefern.

Keywords

Hornspiel, Blechbläser-INnen, Physiologie, Lungenventilation, Muskelaktivität, Elektrische Impedanz-Tomographie, Elektromyographie

Jakob Leiner studierte Humanmedizin in Homburg/Saar, Valencia, Freiburg/Breisgau und Basel. Seit 2020 befindet er sich in der Facharztweiterbildung für Psychosomatische Medizin und Psychotherapie und promoviert am Freiburger Institut für Musikermedizin (FIM) über Atmungsvorgänge beim Blasinstrumentenspiel. Er war Jungstudent an der Hochschule für Musik in Karlsruhe sowie Mitglied im Bundesjugendorchester mit den Instrumenten Horn und Klavier. Zudem ist er schriftstellerisch aktiv mit zahlreichen belletristischen Veröffentlichungen in Zeitschriften sowie in Buchform.



**Sarah
Lesjak**

Graz (A)

lesjak.physio@gmail.com

praxis-orange.com/team/sarah-lesjak/



**Vortrag
Sa, 12:45 Uhr**

Die Körperwahrnehmung im orofazialen Bereich von Blasinstrumentalist_innen im Vergleich zu Nicht-Musiker_innen

Sarah Lesjak, Lena Ostlangenberg, Harry von Piekartz, Christoff Zalpour

Hintergrund: Zum Spielen eines Blasinstrumentes sind hochspezialisierte sensomotorische Fertigkeiten der Zunge und Gesichtsmuskulatur gefordert. Das Erlernen dieser Fertigkeiten bedingt eine erhöhte Aufmerksamkeit auf den orofazialen Bereich (Zunge, Unterkiefer und Gesichtsbereich). Das Instrumentalspiel wird bereits in jungen Jahren begonnen und legt die Vermutung nahe, dass dadurch bedingt die Körperwahrnehmung im Unterkieferbereich bei Blasmusiker_innen anders ausgeprägt sein könnte im Vergleich zu Nicht-Musiker_innen.

Methodik: In einer Beobachtungsstudie wurde mittels mehrerer Assessments die Körperwahrnehmung im orofazialen Bereich erhoben und zwischen den Gruppen verglichen. Die Gruppen wurden gebildet von: Musiker_innen ohne orofaziale Beschwerden (M-OFP), Musiker_innen mit orofazialen Beschwerden (M+OFP) sowie gesunde Nicht-Musiker_innen (KG). Es wurden ausschließlich Bläser_innen in die Musikgruppen aufgenommen. Die primären Outcomes waren die Zweipunkte-Diskrimination, die Emotions- und Gesichtserkennung sowie der „Tongue and Mouth Imagery Questionnaire“. Als sekundäre Outcomes wurden die subjektive Körperwahrnehmung mittels Körpertabelle („Body Drawings“) und der „Central Sensitization Inventory“ herangezogen. Zusätzlich füllten die Musiker_innen einen Fragebogen zur Erhebung des Einflusses von körperlichen Beschwerden durch/auf das Instrumentalspiel aus (MPIIQM-G). Die Zuteilung zur Gruppe „mit orofaziale Beschwerden“ basiert auf den Leitlinien „Diagnostic Criteria for Temporomandibular Disorders“ und einem Erreichen von mindestens 4 Punkten im „Cranio Facial Pain and Disability Index“.

Ergebnisse: Zwischen Musiker_innen und Nicht-Musiker_innen ist auf Basis der durchgeführten Assessments kein statistisch signifikanter Unterschied festzustellen. Allerdings schneiden Musiker_innen mit Kieferbeschwerden in der (kinästhetischen) Vorstellungskraft schlechter ab als Nicht-Betroffene (M+OFP vs. M-OFP).

Conclusio: In der physiotherapeutischen Betreuung von Musiker_innen ist eine gründliche Untersuchung der Schlüssel zu einer erfolgreichen Behandlung. Sollten zusätzliche Kieferbeschwerden bestehen, sollte insbesondere die Vorstellungskraft evaluiert werden und gegebenenfalls Interventionen zur motorischen Kontrolle und Vorstellungskraft angewandt werden. Die Weiterentwicklung des Untersuchungsprotokolls wird dringend empfohlen, um zukünftig Referenzwerte zu generieren, auf die sowohl im Untersuchungsprozess als auch im Behandlungsverlauf Bezug genommen werden kann. Dies soll zur Qualitätssicherung sowie zur zielgerichteten, evidenzorientierten Betreuung von Musiker_innen beitragen.

Sarah Lesjak ist freiberufliche Physiotherapeutin in Graz. Vor der Ausbildung zur Physiotherapeutin schloss sie das Instrumentalpädagogik-Studium (Hauptfach Violine) ab. Sie absolvierte außerdem die Masterstudiengänge „Performing Arts Medicine“ am University College London sowie „Muskuloskeletale Therapie – OMT“ an der Hochschule Osnabrück. Die verfassten Arbeiten wurden auf Konferenzen präsentiert (ASPAH) bzw. zur Veröffentlichung eingereicht. Im physiotherapeutischen Berufsalltag zählen sowohl Musiker_innen als auch Nicht-Musiker_innen zum Behandlungsklientel, speziell auch Patient_innen mit Beschwerden im orofazialen Bereich. Neben der therapeutischen Tätigkeit in einer Gemeinschaftspraxis in Graz (Praxis orange) werden Vorträge bzw. Workshops zum Thema Performing Arts Medicine/Physiotherapy sowohl für Physiotherapeut_innen als auch Musiker_innen gehalten.



**Markus
Gugatschka**

Graz (A)

markus.gugatschka@medunigraz.at



**Keynote
Sa, 14:00 Uhr**

Evidence based vs. Eminence based im Bereich der Sänger_innen Gesundheit – oder brauchen wir beides?

Markus Gugatschka

Unter Evidenzbasierter Medizin versteht man eine medizinische Versorgung, welche Erkrankungen auf der Grundlage der besten zur Verfügung stehenden Wissensquellen bzw. Daten behandelt. In vielen Bereichen gibt es aber keine ausreichenden Daten, um evidenzbasierte Entscheidungen zu begründen. Häufig werden dann Empfehlungen anhand der Meinung von einzelnen Expert_innen getroffen, was mit dem Begriff der Eminence based medicine beschrieben wird.

Im Vortrag sollen prominente Krankheitsbilder und Fragestellungen im Bereich der Sänger_innen-Gesundheit anhand medizinisch-molekularer Grundlagen erklärt werden. Darauf aufbauend soll dargestellt werden, welche gesicherten Verhaltens- und Therapie-Empfehlungen es im Bereich der Stimmforschung gibt. Zahlreiche in vitro Studien der letzten Jahre schufen ein neues Verständnis für die Entstehung von Stimmlippenerkrankungen, aber auch gleichzeitig neue Wege, um diese zu therapieren.

Univ. Prof. PD Dr. Markus Gugatschka,
Vorstand der Univ. Klinik für HNO
Heilkunde Graz, Leiter der klinischen
Abteilung für Phoniatrie.

Wissenschaftliche Schwerpunkte sind die
Erforschung molekularer Grundlagen von
laryngealen Erkrankungen sowie die
Implementierung digitaler Lösungen in die
Gesundheitsversorgung.
Auslandsaufenthalte in Kyoto und
Karolinska Institut Schweden.



**Oliver
Margulies**

Zürich (CH)

oliver.margulies@zhdk.ch

zhdk.ch/departemente/dmu/musikphysiologie



Ergonomische Lösungsvorschläge aus dem Zürcher Zentrum Musikerhand (ZZM) Oliver Margulies

Unerkannt können individuelle Handeigenschaften das Instrumentalspiel erschweren, verunmöglichen oder zu Leichtigkeit und Wohlfühl wesentlich beitragen. Das Handlabor der Zürcher Hochschule der Künste trägt durch Messung von inzwischen über 100 Handeigenschaften zu einem differenzierten Verständnis der Spielhand im Musizieralltag bei.

In diesem Workshop wird ein praktisches Repertoire an biomechanischen Tests und ergonomischen Lösungen für den musikphysiologischen und musikpädagogischen Werkzeugkasten erarbeitet. Beweglichkeitstests aus der Pragmatischen Handeinschätzung nach Christoph Wagner (PHE) unterstützen das Erkennen möglicher limitierender biomechanischer und muskulärer Faktoren. Diese sollten in Ausbildungskontexten sowohl bei der Wahl von Instrumentenpositionen und ergonomischen Lösungen als auch bei der Individualisierung der Instrumentaltechniken und Übe-Stile berücksichtigt werden.

Oliver Margulies – PhD, MA, MAS
Violin- und Violastudium in Zürich und Basel (BA und MA). 2005 bis 2007 Mitglied des UBS Verbier Festival Orchestra sowie 2005 der Lucerne Festival Academy. Freiberufliche Tätigkeit als Kammermusiker und in Schweizer Orchestern. Seit 2007 Lehrkraft an der Musikschule Konservatorium Zürich. 2008 Zertifikat für Dispokinesis, Kurs- und Unterrichtstätigkeit als Dispokinesis-Lehrer. 2011 Abschluss des Weiterbildungsstudiums zum MAS Musikphysiologie und 2018 Promotion in wissenschaftlicher Musikpädagogik an der Zürcher Hochschule der Künste. Seit 2009 Leitung musikpädagogisch-physiologischer Dozierendenfortbildungen und Dozent für Musikphysiologie an der Stella Privathochschule für Musik Vorarlberg. 2009 Mitbegründung des Zürcher Zentrum Musikerhand. Ab 2010 Dozent und wissenschaftlicher Mitarbeiter im Bereich Musikphysiologie/Musik- und Präventivmedizin der Zürcher Hochschule der Künste.



**Angela
Büche**

Salzburg (A)

angela.bueche@gmail.com



**Workshop
Sa, 14:45 Uhr**

Narzissmus: Selbstfürsorge und Kommunikation in einem narzisstischen Umfeld **Angela Büche**

Narzissmus ist in meinen Coachings mit Musiker_innen und mit Dirigent_innen und in der Arbeit mit Orchestern und in Musikschulen ein allgegenwärtiges Thema.

Es ist richtig, dass Musiker_innen narzisstische Eigenschaften brauchen, um erfolgreich in diesem Beruf bestehen zu können. Allerdings können überspannte narzisstischen Dynamiken derart belastend werden, dass ein motiviertes Arbeiten nicht mehr möglich ist. Dies kann so weit führen, dass Arbeitsbeziehungen sogar beendet werden müssen.

Narzissmus kann nicht nur für die Menschen belastend sein, die einem Menschen ausgesetzt sind mit entsprechend ausgeprägter narzisstischer Persönlichkeitsstruktur. Die eigene narzisstische Persönlichkeitsstruktur bedeutet auch für den selbst betroffenen eine große Belastung.

Die Entdeckung der eigenen narzisstischen Anteile ist oft überraschend. Wenn man sich vom Schreck dieser Selbsterkenntnis aber erholt hat, öffnet sie einem eine neue Lebensqualität.

In diesem Workshop bekommen die Teilnehmer_innen einen dreiteiligen Erste-Hilfe-Koffer, um in narzisstischen Beziehungen oder Arbeitsfeldern bestehen zu können:

1. Wie wird heute im psychosozialen Kontext Narzissmus definiert? Was ist der Unterschied zwischen hilfreichem und nicht hilfreichem Narzissmus?
2. Mit Hilfe von Reflexionsfragen erkunden die Teilnehmer_innen ihr eigenes Erleben und Verhalten in einer möglichen narzisstischen Beziehung.
3. Tipps für die Selbstfürsorge und konkrete Kommunikationshilfen für einen narzisstischen Kontext.

Angela Büche MSc. ist akademischer Coach, Supervisorin und Mediatorin in eigener Praxis in Salzburg und Wien. Ihren heutigen Beruf baut sie auf 30 Jahre Tätigkeit als professionelle Cellistin auf. Bis im Jahr 2000 lebt und unterrichtet sie in der Schweiz.

In Österreich unterrichtet sie bis 2015 am Musikum Cello und entwickelt als Fachgruppenleiterin der Streicher_innen innovative künstlerisch-pädagogische Projekte und setzt diese um. Sie initiiert zudem neue Unterrichtsformen, die den Veränderungen in der Gesellschaft Antwort geben.

Ein Herzensanliegen ist ihr heute die Arbeit mit Musiker_innen, Dirigent_innen, Musikschulen und Orchestern. Sie hilft diesen, ihre Persönlichkeit und ihre Karriere so zu entwickeln, dass sie den Anforderungen gewachsen sind, die dieser Beruf an sie stellt. Dies macht sie in Einzelcoachings, in Weiterbildungen und z. B. in den Begleitmodulen, die sie für die Orchesterakademie des NÖ Tonkünstlerorchesters entwickelt hat. Als Dozentin an Universitäten, in Orchesterhäusern, in Ministerien und in Wirtschaftsbetrieben sind ihr Führungsthemen, Konfliktmanagement, achtsames Selbstmanagement und Teamentwicklung ein besonderes Anliegen.



**Bernhard
Riebl**

Wien (A)

riebl@mdw.ac.at



**Workshop
Sa, 14:45 Uhr**

Die Klaviertechnik von Eduard Erdmann und Hilde Langer-Rühl aus musikphysiologischer Sicht Bernhard Riebl

Hilde Langer-Rühl hat die Musikphysiologie an der mdw federführend in Gang gebracht.

In ihrem Wirken hat die Klavierpädagogik, insbesondere die von Eduard Erdmann entwickelte Klaviertechnik und Klavierpädagogik, eine große Rolle gespielt.

Tatsächlich werden in dieser Technik und Zugangsweise viele Grundsätze der Biomechanik und Bewegungslehre verständlich und direkt erlebbar, ebenso die Beziehung des Körpers zu Klanggestaltung, Intensität und Bogenführung.

Überzeugend vermittelt wurde von Eduard Erdmann die Einheit der Spielbewegung mit Artikulation und Phrasierung, musikalischem Aufbau, Spannung und Lösen innerhalb des Werkes – „So wird aus der musikalischen und philosophischen Idee der Ganzheit eine hör- und fühlbare Realität“.

Es soll in diesem Seminar diese Technik und Pädagogik vorgestellt, analysiert und mit Ergänzungen aus weiteren didaktischen Konzepten abgerundet werden.

Ebenso wird es im Seminar um die von Hilde Langer-Rühl in besonderem Ausmaß in das Spielen integrierte Atemarbeit gehen, als Basis von Spielbewegung, Körpertonus und künstlerischer Gestaltung.

Die Grundsätze sind für fast alle Instrumente anwendbar, daher ist das Seminar für alle Instrumentalist_innen zugänglich. Bei Platzknappheit wird um Verständnis ersucht, dass Pianist_innen aufgrund der noch direkteren Umsetzbarkeit bei der Vergabe der Plätze bevorzugt werden.

Dr. Bernhard Riebl:

Klavierkammermusikstudium (Konzertfach) und Ausbildung in Atem-, Stimm- und Bewegungsarbeit bei Hilde Langer-Rühl. Weiterbildungen u.a. bei Ilse Middendorf, Gerda Alexander (Eutonie), Feldenkrais ®-Arbeit, Muhar/Coblenzer, Alexandertechnik.

Medizinstudium in Wien, Promotion 1985, seit 1996 Facharzt für Physikalische Medizin und Rehabilitation, medizinische Schwerpunkte manuelle Medizin und Osteopathie. Oberarzt am Institut für PMR an der Krankenanstalt Rudolfstiftung in Wien mit Leitung der Ambulanz für Musikererkrankungen

Seit 1986 an der nunmehrigen Universität für Musik und darstellende Kunst in Wien tätig (musikphysiologische Vorlesungen, Einzelarbeit im Bereich Atem, Stimme, Bewegung und Atemübungen für Bläser; musikermedizinische Praktika). Zahlreiche Vorträge und Seminare im In- und Ausland.



**Anna-Maria
Niemand**

Wien (A)

anna-maria.niemand@univie.ac.at



**Vortrag
Sa, 14:45 Uhr**

Acting on the opera stage – vocal challenges, didactic implications and perspectives of music history

Anna-Maria Niemand

During the performance, singers are expected to demonstrate vocal excellence. In musical theater, in addition to vocal virtuosity, singers are additionally required to embody their stage personas as well as to perform scenic acting. In many cases, singers have to perform movements and adopt certain postures, which complicate the vocal performance from a physiological point of view.

An adequate body position for vocal performance and the authentic scenic presentation during the opera performance therefore do not always seem to go hand in hand. Seidner and Wendler stated: "The audience can be left breathless, but this must not happen to the singers" (W. Seidner, J. Wendler, *Die Sangerstimme. Phoniatische Grundlagen der Gesangsausbildung*, Berlin, Henschel Verlag, 1997). It is therefore important for singers to balance their acting and singing performance by means of vocal technique and the timing of scenic actions.

The presentation addresses challenges of vocal production and simultaneous stage performance and consults historical publications to analyze these in detail. This includes, for example, vocal didactic publications, scientific conference papers and considerations of physiological characteristics of the vocal apparatus. A special focus is placed on publications from Vienna. In particular, relevant contributions from the first singing pedagogical symposia at the University of Music and Performing Arts from the late 1970s chaired by Leopold Spitzer will be used to examine the topic of performance on the opera stage and its didactic mediation.

The lecture takes a transdisciplinary approach across the fields of vocal didactics, music physiology and music history in order to investigate the topic of opera stage performance and the specific challenges it poses for singers.

Anna-Maria Niemand is a musicologist specializing in the areas of music psychology and physiology as well as music history. She is currently writing her dissertation on the subject of respiration during music performance at the MDW. After completing her Master's degree at the University of Vienna with distinction, she was awarded a prize for her Master's thesis on "Body positions of singers and their vocal abilities on the opera stage". Furthermore, she completed postgraduate courses in respiratory pedagogy and music physiology and worked as a scientist in different projects on performance science and on research of music in 19th century print media.



**Ulrike
Scheuchl**

München (D)

ulrikescheuchl@web.de

www.links gespielt.de/ulrikescheuchl



**Workshop
Sa, 14:45 Uhr**

Workshop: Die Bedeutung der Händigkeit beim Spielen von Holzblasinstrumenten – am Beispiel von Klarinette und Blockflöte

Ulrike Scheuchl

Die Händigkeit spielt an Holzblasinstrumenten eine wichtige Rolle. An allen Holzblasinstrumenten nimmt die dominante Hand die untere Position am Instrument ein und die nicht-dominante Hand die obere Position. Das bedeutet, dass bei Rechtshänder_innen die rechte Hand unten greift und die linke oben. Bei Linkshänder_innen müsste das dann genau anders herum sein: die linke Hand unten und rechte oben.

Die wichtigste Aufgabe des dominanten, unteren Armes ist es, das Instrument mit seinem Gewicht zu halten, und es beim Spielen auf dem Daumen auszubalancieren. Hierfür hat der dominante Arm mehr Kraft, Ausdauer und das bessere Feingefühl. So bildet sich ein stabiles Haltedreieck zwischen Instrument, Arm und Oberkörper. Das begünstigt die Aufrichtung der Wirbelsäule, und es kann eine natürliche, tiefe Atmung stattfinden. Dies beeinflusst maßgeblich die Tonqualität und die Atemkapazität.

Außerdem wird die dominante Hand in der Wahrnehmung des/der Spieler(s)_in intensiver empfunden. Sitzt diese an der unteren Position, nimmt der/die Spieler_in das Instrument besser in seiner ganzen Länge wahr.

Bei allen Instrumenten, die mit Gurt gespielt werden, wie dem Saxofon, oder die auf dem Boden stehen wie die Bassklarinette, mildert sich die Haltearbeit ab. Die Wahrnehmung des Instrumentes in seiner Länge bleibt jedoch gleich.

Beim Bewegungsablauf der Tonleiterabfolge spielt die Händigkeit ebenfalls eine große Rolle. Bei dominanter Hand unten werden die Töne von oben nach unten von der schwächeren Hand an die stärkere Hand übergeben. Dies erleichtert das virtuose Spiel, das mentale Üben und das Spielen vom Blatt.

In diesem Workshop erklärt Ulrike Scheuchl die Aufgaben der beiden Hände und die Auswirkungen auf das Spiel am Beispiel Klarinette und Blockflöte. Sie berichtet von ihren eigenen Erfahrungen mit Links- und Rechtshänderinstrumenten und stellt diese vor.

Durch Körperübungen mit und ohne Instrument wird den Teilnehmer_innen die Seitigkeit der Instrumente erfahrbar gemacht. Der Workshop möchte dazu beitragen, im Musikunterricht auf Handfunktionen, Händigkeit und Seitenwahl der Instrumente zu achten.

Im Instrumentalunterricht zeigt es sich als gut durchführbar, dass Rechts- und Linksspieler_innen miteinander musizieren. Als Lehrer_in reicht es aus, sein/ihr Instrument auf seiner/ihrer Seite zu beherrschen. Das Unterrichten eines/r linksspielenden Schüler(s)_in von einem/r rechtsspielenden Lehrer_in funktioniert sehr gut, wenn sich die beiden gegenüberstehen und sich ähnlich wie in einem Spiegel betrachten.

Ulrike Scheuchl machte früh intensive Erfahrungen mit den Instrumenten Blockflöte, Klarinette und Schlagzeug/Percussion, u.a. auch beim Wettbewerb „Jugend musiziert“. Nach der Schulzeit entschied sie sich für ein Studium der Klarinette, das sie vom Richard-Strauss-Konservatorium München angefangen über die Musikhochschule Saarbrücken bis nach Essen an die Folkwang-Hochschule führte. Dort entdeckte sie 2004, dass die Händigkeit bei der Haltung der Instrumente eine große Rolle spielt. Daraufhin stellte sie ihr Spiel bei Klarinette, Blockflöte und Klavier auf die linkshändige Spielweise um. Seit 2006 lebt Ulrike Scheuchl als freischaffende Musiklehrerin und Musikerin mit ihrem Mann und Familie in München.



**Henry
Browne**

Wien (A)

henry.browne@students.mdw.ac.at



**Vortrag
Sa, 15:00 Uhr**

Die Wiedergeburt von Transgender Stimmen

Henry Browne, Berit Schneider-Stickler, Malte Kob, Ines Kansy

Das Forschungsprojekt ‚Die Wiedergeburt von Transgender Stimmen‘ begleitet die stimmliche Transformation eines klassischen Sängers unter Testosteronbehandlung.

Es basiert auf stimmlichen, resonatorischen und gesangstechnischen Aspekten vor, während und nach einer Testosteron-basierten stimmlichen Transition.

Die Studienziele konzentrieren sich einerseits auf die Auswirkungen der therapeutischen Testosteronmedikation auf die stimmlichen, anatomischen und gesanglichen Aspekte (u.a. Tonhöhenumfang, Stimmlage, Formanten, Stimmdynamik) und andererseits auf die gesangspädagogisch zu empfehlende Begleitung der stimmlichen Veränderungen im Transitionsprozess. Expert_innen aus den Bereichen Medizin, Stimmforschung und Gesangspädagogik weltweit sind an der Studie beteiligt.

Im Verlauf des Beobachtungszeitraums von Mai 2023 bis Januar 2024 wurde die Testosterondosierung mit 10mg vorgeschrieben. Der Proband erhielt 1x wöchentlich Gesangsunterricht. Es wurde ein Stimm-Tagebuch geführt und wöchentliche Fragebögenerhebungen zur Bewertung der funktionellen Arbeit an der Gesangsstimme durchgeführt. Es wurden in 3monatigen Abständen laryngostroboskopische Untersuchungen und Stimmfeldmessungen an der Medizinischen Universität Wien/Klinische Abteilung Phoniatrie-Logopädie und Aufnahmen zur Erfassung und Analyse stimmlicher Merkmale im Stimmforschungslabor der Universität für Musik und darstellende Kunst Wien/Institut Antonio Salieri durchgeführt. Zusätzlich erfolgten Röntgenuntersuchungen des Schädels. Die Stimmaufnahmen wurden von einem unabhängigen Expertenteam hinsichtlich des Stimm-Timbres und der Stimmlage analysiert.

Die vorliegende Studie hat das Ziel, die Entstigmatisierung von Trans*-Stimmen in der klassischen Musikszene voranzutreiben und Wissen sowie Einblicke für Gesangspädagog_innen und Mediziner_innen bereitzustellen. Trans*-Personen sollen zukünftig gezielte Unterstützung bei der Entwicklung ihrer Gesangsstimme erhalten können. Schließlich untersucht die Studie, ob nach einer Testosteron-basierten Transition das Potenzial für eine professionelle Gesangskarriere in der veränderten Stimm-Gattung erhalten bleibt.

Henry Browne, Sänger, Komponist und Forscher, engagiert sich leidenschaftlich für die Entstigmatisierung von Trans*-Stimmen in der klassischen Musik. Die vorliegende Fallstudie, in der er sowohl Forschungsleiter als auch Forschungsobjekt ist, entstand als Reaktion auf erlebte systemische Barrieren während seines eigenen Gesangsstudiums.

Nach seinem Bachelorstudium in Soziologie und Philosophie sowie einem Gesangsstudium in Deutschland setzt Browne sein Bachelorstudium im Gesang an der Universität für Musik und Darstellende Kunst Wien fort. Neben seiner akademischen Laufbahn ist er ein versierter Gesangslehrer mit Schwerpunkt auf Queeren- und Transgender-Gesangsstimmen. Browne ist zudem als gefragter Sänger und angehender Komponist in der Wiener freien Kunstszene tätig.



**Fiona
Stritt**

Freiburg (D)

fiona.stritt@uniklinik-freiburg.de

fim.mh-freiburg.de



**Vortrag
Sa, 15:15 Uhr**

Betrachtung der Stimmökonomie bei verschiedenen Stimmqualitäten von Estill Voice Training® mittels 3D-MRT

Fiona Stritt, Stefanie Rummel, Johannes Fischer, Michael Bock, Bernhard Richter, Mario Fleischer, Louisa Traser

Estill Voice Training® definiert sechs Stimmqualitäten [1], welche in den populären Stilen und dem westlich klassischen Gesang zum Einsatz kommen.

Ziel dieser Studie ist es, mit modernen Methoden ein genaueres Verständnis unterschiedlicher Vokaltraktkonfigurationen der sechs Stimmqualitäten von Estill Voice Training® zu erlangen und die akustischen Eigenschaften sowie die Effizienz der verschiedenen Qualitäten darzustellen und zu quantifizieren.

Es wurden dreidimensionale Kernspintomografien (MRT) von vier professionellen Sänger_innen mit einer hohen Qualifikation in Estill Voice Training® durchgeführt. Sie phonierten dabei in den sechs Stimmqualitäten auf verschiedenen Tonhöhen und Vokalen. Basierend auf den 3D-MRT Daten erfolgte die Analyse der Vokaltraktkonfigurationen. Um die akustischen Eigenschaften darzustellen, wurde die Finite-Elemente-Methode zur Berechnung genutzt. Für die Quantifizierung der Effizienz verschiedener Qualitäten wurden Daten der Finite-Elemente-Modelle, Audioaufnahmen und Elektrolottografien (EGG) von zwei Sänger_innen herangezogen.

Die Analyse der Vokaltraktkonfigurationen und der akustischen Eigenschaften zeigten drei Grundkonfigurationen (Neutral-, Megaphon- und Antimegaphonkonfiguration). Es zeigten sich große Übereinstimmungen zwischen den Konfigurationen der gleichen Qualität bei den unterschiedlichen Sänger_innen, aber auch interindividuelle Unterschiede, die beispielsweise vermutlich auf die gewohnte und trainierte Gesangsstilistik zurückgeführt werden können. Bei manchen Qualitäten fanden wir Verstärkungen der harmonischen Energien in psychoakustisch relevanten Regionen (2-4 kHz) – eine effiziente Strategie. Andere Qualitäten gingen mit einer hoch effizienten Übertragung der Energie von der Glottis an den Vokaltrakt einher. Wiederum andere zeigten keine Verstärkungsstrategien. Die sechs Stimmqualitäten zeigten deutliche Unterschiede in ihrer Effizienz, die von der Vokaltraktkonfiguration, aber auch von der Charakteristik der Stimmquelle beeinflusst werden. Die Visualisierung und Analyse MRT-basierter Daten kann dabei helfen, das Wissen über verschiedene Vokaltraktkonfigurationen, deren Effizienz und Auswirkung auf den Stimmklang weiterzugeben. So können ein effizienter Gebrauch des Stimmapparates trainiert und Überlastungen vermieden werden.

[1] Steinhauer, K., Klimek, M. M., and Estill, J. (2017). The Estill voice model: Theory and translation. 1. edn. Pittsburgh, Pennsylvania: Estill Voice International.

Freiburger Institut für Musikermedizin (FIM)
– Universitätsklinikum Freiburg

Fiona Stritt schloss 2017 ihr Medizinstudium an der Medizinischen Fakultät Mannheim der Ruprecht-Karls-Universität Heidelberg erfolgreich ab. Im Anschluss daran studierte sie an der Akademie für Tonkunst Darmstadt in den Klassen von Prof. Yeree Suh und Prof. Thomas E. Bauer klassischen Gesang sowie Gesangspädagogik. Diese Studiengänge schloss sie 2023 mit dem Bachelor of Music erfolgreich ab. Seit Beginn 2021 ist sie im Rahmen Ihrer Dissertation Teil der Arbeitsgruppe von Priv.-Doz. Dr. med. Louisa Traser am Freiburger Institut für Musikermedizin. Ihr Schwerpunkt liegt auf der Analyse akustischer Eigenschaften verschiedener Vokaltraktkonfigurationen. Seit Juni 2022 arbeitet Sie als Ärztin am Freiburger Institut für Musikermedizin.



**Michael
Musalek**

Wien (A), Berlin (D)

michael.musalek@sfu.ac.at



**Keynote
Sa, 16:00 Uhr**

Sucht, Was Tun? – Erscheinungsbild, Diagnostik, Entstehung, Folgen und Behandlung von Suchterkrankungen **Michael Musalek**

Suchterkrankung ist sowohl hinsichtlich ihrer Bedingungskonstellationen wie auch ihrer Komorbiditäten ein hoch komplexes Geschehen. Unterschiedlichste körperliche, psychische und soziale Gegebenheiten und deren Zusammenspiel und Bedeutungsgebung werden als prädisponierende, krankheitsauslösende und krankheitserhaltende Faktoren im Bedingungsgefüge von Suchterkrankungen wirksam. Daraus ergibt sich auch die Notwendigkeit, dass eine sich an der Pathogenese der Störung orientierende Behandlung dieser Komplexität Rechnung tragen muss. Suchtbehandlung als komplexes Geschehen muss an den Bedingungen der Störungen ihren Ausgang nehmen, um das Ziel der überwiegenden Mehrheit unserer Patient_innen erreichbar zu machen, nämlich wieder ein zufriedenes und freudvolles Leben gemeinsam mit den ihnen lieben und wertvollen Menschen führen zu können. Abstinenz ist ein wichtiges Hilfsmittel, um den Weg aus dem Gefangensein im Gewirr der Sucht zu einem zufriedenen, selbst gestalteten Leben beschreiten zu können. Vor allem die Diskrepanz zwischen den Zielen der Patient_innen und denen der Therapeut_innen führen gar nicht selten zu erheblichen Missverständnissen, Vorurteilen und Complianceproblemen. Der Motivationsarbeit kommt damit höchste Bedeutung zu. Motivation ist nicht eine von den Patient_innen einzubringende Vorbedingung effektiven therapeutischen Handelns, sondern Ergebnis eines interaktionellen Prozesses zwischen Therapeut_innen und Patient_innen. Für wen welche Behandlungsform zutreffend und damit im Einzelfall zu wählen ist, ist natürlich vorzugsweise Aufgabe des in Suchtfragen erfahrenen Arztes oder der Ärztin – sie muss aber in einem Dialog mit den Wünschen und Möglichkeiten des /der Patienten/in abgestimmt werden, um damit einen stabile Basis für das gemeinsame Erreichen des Therapiezieles zu schaffen. Das gleiche gilt auch für die Beurteilung der Wertigkeit stationärer versus ambulanter Behandlungsformen. Im Zentrum der therapeutischen Bemühungen steht gemeinsam mit den Patient_innen, mittels pharmakologischer, psychotherapeutischer und soziotherapeutischer Maßnahmen eine stabile Grundlage für eine autonome und aktive Lebensplanung mit Zielsetzung zufriedenes und freudvolles Leben zu schaffen. Krankheitsrezidive müssen dann auch nicht mehr als desaströse Ereignisse im Krankheitsverlauf als Rückfälle bezeichnet und als Versagen der Patient_innen bzw. des Arztes oder der Ärztin im Kampf gegen die Sucht erlebt werden, sondern können als ein weiterer Schritt in Richtung dauerhafter Abstinenz oder sogar als Chance für einen Neubeginn, für eine persönliche Weiterentwicklung genützt werden. Das Krankheitsrezidiv kann damit im Jasper'schen Sinne zu der sich aus der Grenzsituation ergebenden Chance werden, die es Therapeut_innen und Patient_innen ermöglicht, neue fruchtbringende Lebensstrategien gemeinsam mit Suchtkranken zu entwickeln.

Michael Musalek ist Facharzt für Psychiatrie und Neurologie und Facharzt für Psychiatrie und Psychotherapeutische Medizin; Psychotherapeut; Professor für Psychiatrie an der Medizinischen Universität Wien; ehemaliger Ärztlicher Direktor des Anton Proksch Instituts, Wien; Professor an der Sigmund Freud Universität, Wien; Vorstand des Instituts für Sozialästhetik und Psychische Gesundheit der Sigmund Freud Universität Wien und Berlin; Präsident der Europäischen Gesellschaft für Ästhetik und Medizin. Ehemaliger Präsident der Österreichischen Gesellschaft für Psychiatrie und Psychotherapie, Vorstandsmitglied der European Psychiatric Association seit 25 Jahren, Vorsitzender der Sektion Psychopathologie der European Psychiatric Association, Vorsitzender der Sektion Klinische Psychopathologie der World Psychiatric Association; Mitglied der Ethikkommission der European Psychiatric Association; Ehrenmitglied der World Psychiatric Association; er hat mehr als 300 wissenschaftliche Publikationen veröffentlicht und ist Herausgeber bzw. wissenschaftlicher Beirat verschiedener wissenschaftlicher und klinischer Fachzeitschriften; seine wissenschaftlichen Hauptinteressengebiete sind: Sozialästhetik, Phänomenologie psychischer Störungen; psychische Gesundheitswissenschaften, theoretische Psychopathologie, medizinische Geisteswissenschaften, klinische Diagnostik und Behandlungsforschung.



Bernhard Richter

Freiburg (D)

bernhard.richter@uniklinik-freiburg.de

www.mh-freiburg.de/fim



**Vortrag
Sa, 16:45 Uhr**

Didaktische Möglichkeiten der dynamischen Echtzeit-Magnetresonanztomographie in der Vermittlung stimmphysiologischer Grundlagen **Bernhard Richter, Louisa Traser**

Das Erlernen des Singens ist eine komplexe Herausforderung, die mit unterschiedlichen Ansätzen bewältigt werden kann. In der Musikpädagogik war lange Zeit das Meister-Schüler-Konzept das am weitesten Verbreitete. Bis zu einem gewissen Grad besteht diese Tradition auch heute noch.

Insbesondere bei Sänger_innen war es sehr schwierig, physiologische Ansätze in die Pädagogik zu integrieren, da die zugrundeliegenden Prozesse der Stimmproduktion im Körper verborgen ablaufen und normalerweise nicht sichtbar sind. Seit den bahnbrechenden Arbeiten des Gesangspädagogen Manuel Garcia fils, der Mitte des 19. Jahrhunderts als erster die Bewegungen der Stimmlippen im Kehlkopf mittels eines Spiegels beobachtete, wurden verschiedene technologische Neuerungen wie die Stroboskopie, die unterschiedlichen Möglichkeiten der filmischen Darstellung sowie Audioaufnahmen für die Laryngologie nutzbar gemacht. In den letzten Jahrzehnten ist es mit Hilfe modernster Untersuchungstechniken der High-Tech-Medizin und dem Einsatz von leistungsstarken Computern möglich geworden, die Prozesse der Tonerzeugung bei Sänger_innen im Detail zu beobachten. Eine dieser Methoden ist die dynamische Magnetresonanztomographie, die heute mit bis zu 24 Bildern pro Sekunde durchgeführt werden kann. Diese Methode ermöglicht es, die Bewegungen des Atmungssystems und des Vokaltraktes während des Singens nachzuvollziehen. Es sind sowohl zwei- als auch dreidimensionale Darstellungen möglich. Besonders die räumliche Darstellung ermöglicht auch Auswertungen der akustischen Eigenschaften des Vokaltraktes. Unsere Arbeitsgruppe hat mit dieser Methode eine Vielzahl professioneller Sänger_innen aus unterschiedlichen Genres untersucht.

Das visuelle Lernen, das durch den Einsatz von Filmen als zusätzliches Instrument im Musikunterricht ermöglicht wird, eröffnet somit eine Vielzahl neuer didaktischer Ansätze für die verschiedenen Kontexte, in denen der Körper eingesetzt werden kann. Es erweitert das traditionelle Meister-Lehrling-Konzept, das hauptsächlich auf Nachahmung basiert hin zu einer Lernstrategie, bei der die Vermittlung von evidenzbasiertem Wissen eine wichtige Rolle spielen kann.

Prof. Dr. Bernhard Richter, geb. 1962, Professor für Musikmedizin am Freiburger Institut für Musikmedizin (FIM). Neben seinem Medizinstudium in Freiburg, Basel und Dublin absolvierte er ein Gesangsstudium an der Hochschule für Musik in Freiburg (Konzertexamen 1991). Nach Facharztausbildungen zum HNO-Arzt sowie Phoniater (Stimmarzt) habilitierte er sich 2002. Im FIM ist er neben seiner Unterrichtstätigkeit im Bereich Stimmphysiologie und Hören für die medizinische Betreuung der Musiker_innen und Sänger_innen zuständig. Seine Forschungsschwerpunkte sind die Stimmphysiologie bei Sänger_innen und der Gehörschutz bei Orchestermusiker_innen. Neben zahlreichen wissenschaftlichen Veröffentlichungen ist er Autor des Buches „Die Stimme“ und Mitautor und Herausgeber der Lehrbücher „MusikerMedizin“, „Musikergesundheit in der Praxis“ und „Lexikon der Gesangsstimme“, der Lehr-DVDs „Das Blasinstrumentenspiel“ und „Die Stimme – Einblicke in die physiologischen Vorgänge beim Singen und Sprechen“.



**Camilla
Kapitza**

Osnabrück (D)

c.kapitza@hs-osnabrueck.de

www.hs-osnabrueck.de



**Workshop
Sa, 17:00 Uhr**

Physiotherapeutische Diagnostik und Management von Musiker_innen mit nackenbedingten Armschmerzen **Camilla Kapitza**

Physiotherapeut_innen werden im klinischen Alltag oft mit Nervenkompressionssyndromen (z.B. Karpaltunnelsyndrom, Radikulopathie) und damit verbundenen neuropathischen Schmerzen konfrontiert. Studien zum Thema Kompressionsneuropathien haben gezeigt, dass eine frühe Degeneration der kleinen Nervenfasern (verringerte Innervationsdichte in Hautbiopsien) und eine Funktionsstörung (z. B. veränderte Schwellenwerte für die Wärmeerkennung) der Veränderung der Funktion der großen Nervenfasern vorausgehen [1] und somit gut zur Frühdiagnostik genutzt werden können. Validitäts- und Reliabilitätsstudien über kostengünstige sensorische bedside Testmethoden (klinische neurologische Untersuchung) helfen uns, in der klinischen Arbeit sensorische Profile von Patient_innen zu erheben [2,3]. Somatosensorische Profile von nackenbedingten Armschmerzen können sich sehr unterschiedlich darstellen im Hinblick auf Funktionsgewinn oder -verlust unterschiedlicher Nervenfasern. Es wurden auch sensorische Veränderungen bei Patient_innen mit rein nozizeptiven Schmerzen beobachtet, welche teilweise ähnliche Lokalisationen und Schmerzcharakteristika aufweisen wie Patient_innen mit neuropathischen Schmerzen [4]. Die Erforschung der potenziellen unterschiedlichen somatosensorischen Profile nackenbedingter Armschmerzen ist demnach relevant, um eine angepasste multimodale Behandlung zu planen. In diesem Workshop wird zunächst der aktuelle Hintergrund zu nackenbedingten Armschmerzen behandelt, gefolgt von einem aktiven Arbeitsanteil, in dem die bedside Testmethode gemeinsam praktiziert wird. Abschließend wird ein Ausblick für unterschiedliche Behandlungsstrategien gegeben.

References:

1. Schmid, A.B., et al., The relationship of nerve fibre pathology to sensory function in entrapment neuropathy. *Brain*, 2014. 137(Pt 12): p. 3186-99.
2. Zhu, G.C., et al., Concurrent validity of a low-cost and time-efficient clinical sensory test battery to evaluate somatosensory dysfunction. *Eur J Pain*, 2019. 23(10): p. 1826-1838.
3. Ridehalgh, C., O.P. Sandy-Hindmarch, and A.B. Schmid, Validity of clinical small-fiber sensory testing to detect small-nerve fiber degeneration. *J Orthop Sports Phys Ther*, 2018. 48(10): p. 767-774.
4. Tampin, B., H. Slater, and N.K. Briffa, Neuropathic pain components are common in patients with painful cervical radiculopathy, but not in patients with nonspecific neck-arm pain. *Clin J Pain*, 2013. 29(10): p. 846-56.

Camilla Kapitza ist Physiotherapeutin, Doktorandin an der Universität zu Lübeck und der Hochschule Osnabrück sowie Dozentin im Masterstudiengang "Musculoskeletale Therapie - OMPT" an der Hochschule Osnabrück. Sie arbeitet als Physiotherapeutin am Institut für angewandte Physiotherapie Osnabrück (INAP/O) mit vorwiegend orthopädischen und künstlerischen Patient_innen. Ihre klinische Expertise liegt in der Behandlung verschiedener neuromuskuloskelettaler und performance-bedingter muskuloskelettaler Störungen. Im Rahmen ihrer Promotion beschäftigt sie sich mit dem Thema der Beurteilung und Klassifizierung von Menschen mit nackenbedingten Armschmerzen. Ihre Promotion wird durch ein Stipendium für Nachwuchswissenschaftler der Hochschule Osnabrück unterstützt.



**Marija
Podnar**

Wien (A)

marija.podnar.music@gmail.com

mdw.ac.at



**Workshop
Sa, 17:00 Uhr**

Healthy Body + Healthy Mind = Healthy Music **Marija Podnar**

Dieser Workshop befasst sich mit den physiologischen Ursachen und Auswirkungen von muskulären Verspannungen und den daraus resultierenden dauerhaften körperlichen Überlastungen bei Musiker_innen, die wiederum Einfluss auf deren Leistung bzw. Ausstrahlung auf der Bühne haben können.

In diesem Workshop wird das Zusammenspiel von Füßen, Becken, Oberkörper, Schultern, Kiefer und Kopf erforscht, um die zum Musizieren notwendigen Kräfte optimal einsetzen zu können. Um effizient zu sein, sind gezielte Bewegungen und Übungen ohne Instrument oder „spezielle“ Geräte vorgesehen. Es werden einige Bewältigungsstrategien vorgestellt, die für die Teilnehmer_innen bei eigenen Beschwerden oder den Beschwerden ihrer Schüler_innen / Studierenden hilfreich sein können. Dabei wird eine Reihe von möglichen Hilfsmitteln präsentiert, die eine gute Kontrollmöglichkeit für die Übungsphasen des Musizierens bieten und damit indirekt Einfluss auf die Körper-Seele-Musizier-Balance nehmen.

Es ist mir ein Anliegen, körperliches und mentales Bewusstsein der Teilnehmer_innen zu sensibilisieren um so die Herausforderungen des Musiker_innen-Alltags souverän meistern zu können. Ich lade Sie ein, mit Hilfe ausgewählter Übungen und Selbstreflexion Ihre Körper-Seele-Musizier-Balance genauer kennenzulernen und damit gezielt Ihr Selbstbewusstsein zu stärken, um sich mit Ihrem Können freudvoll musikalisch zu präsentieren.

Bitte bequeme Kleidung tragen, damit Sie sich gut bewegen können. Ich freue mich auf Ihr Interesse und bedanke mich im Voraus für Ihr Vertrauen.

Marija Podnar ist wissenschaftliche Doktorandin an der Universität für Musik und darstellende Kunst Wien im Fach Systematische Musikwissenschaft – Musikphysiologie bei ao. Univ.-Prof. Dr. Matthias Bertsch und Prof. Dr. med. Christoff Zalpour (FH Osnabrück). Neben ihrer musikalischen Karriere (Konzertfach- und Pädagogik-Querflötenstudien an der Musikakademie der Universität Zagreb sowie Querflöte und Klavier IGP Bakk.- und Mag.- Studien an der MDW) absolvierte sie Physiotherapie-Studien an der Medizinischen Hochschule Zagreb und dem FH Campus Wien. Sie wurde mit dem „Würdigungspreis der Stadt Zagreb“ sowie dem „Universität Zagreb Spezial Rektoren Preis“ ausgezeichnet und war Preisträgerin mehrerer Querflöten-Wettbewerbe in Kroatien. Zu ihren physiotherapeutischen Fachgebieten gehören Musikphysiologie, 4D-Skoliose-Therapie, Vestibular-Therapie und K-Taping. Sie besucht regelmäßig musikmedizinische Fortbildungen mit dem Ziel, Musiker_innen nachhaltig in der musikphysiologischen Prävention und Rehabilitation zu unterstützen.



**Hanna
Keßler**
Köln (D), Salzburg (A)

hanna.kessler@hfmt-koeln.de
www.ready-for-performance.de



Tuning in: Gesund üben, stark performen! Trainingsvideos Hanna Keßler

Sind Sie auch auf der Suche, wie Sie gesund üben und stark performen können?

Wie Sie lange am Instrument musizieren können, ohne Schmerzen zu bekommen oder mental abzudriften?

Dann sind Sie hier genau richtig.

In dem Workshop erfahren Sie, wie Sie den Körper und das Mindset optimal aufs Musizieren vorbereiten können. Die Gedanken fokussieren, die Wahrnehmung aufwecken und den Körper aufwärmen.

Sie erleben live die Übungen aus der neuen Trainingsserie 'Tuning in: Gesund üben, stark performen!'

Diese umfasst 70 musiker_innenspezifische Videos direkt zum Mitmachen. Sie erleben live die Übungen und bekommen didaktische Tipps, wie Sie diese bei sich selbst oder im Unterricht anwenden können.

Die Übungen sind in 8 Themenfelder unterteilt:

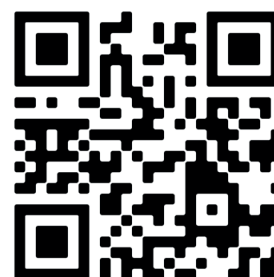
1. Ganzkörperübungen
2. Übungen für den Ansatz und die Gesichtsmuskulatur
3. Übungen für die Arm- und Handmuskulatur
4. Übungen für die Schulter- und Rückenmuskulatur
5. Übungen für optimales Sitzen und Stehen beim Musizieren
6. Übungen für die Atmung und bei Stress
7. Übungen mit Franklin-Bällen
8. Trainingsserien

Zu jedem Themenkomplex gibt es ein Infovideo mit spannendem Hintergrundwissen, anatomischen Erklärungen und didaktische Tipps zur Integration in den Musizieralltag.

Damit die Übungen leicht zu merken sind wurden Ankerbilder gestaltet, über die der Zugang zu den Übungen wieder leicht abrufbar ist. Wer unterrichtet, der kann sich die Memorykarten per pdf kostenfrei ausdrucken. Diese sind eine gute Methode, um die Übungen spielerisch in den Unterricht einfließen zu lassen.

Schauen Sie doch gerne mal vorbei: youtube.com/@Tuning_in_

Hanna Keßler absolvierte ihre Ausbildung zur Dipl. Rhythmikerin sowie Musik- und Bewegungspädagogin (Schwerpunkte Sonder- und Heilpädagogik, Querflöte) an der Universität für Musik und darstellende Kunst in Wien. Sie ist ferner Dipl. Bewegungspädagogin und Lehrtrainerin der Franklin-Methode® sowie zertifizierte Musikphysiologin (UdK Berlin), zertifizierte Lehrtrainerin in "Optimal Üben" an der HfMT Köln, staatl. geprüfte und zertifizierte Stress- und Burnoutcoachin sowie Sportmentaltrainerin. Seit 2019 Lektorin an der Universität Mozarteum Salzburg für die Fächer Musikphysiologie, Auftritts-, Wettbewerbs- und Probespielcoaching, Physio- und Mentalcoaching, Somatische Methoden, Atmen- und Körperschulung, Musik und Medizin. Seit 2008 Lehrbeauftragte an der Hochschule für Musik und Tanz Köln für die Fächer Embodiment, Tanz/Körpertraining, Auftrittscoaching und Franklin-Methode®. Seit 2010 Referentin für Weiterbildungen in Musikschulen zum Thema Mentalcoaching, Musikergesundheit, Optimal Üben, Einzeltraining für Berufsmusiker_innen und Musikstudierende. Seit November 2019 Vorstandsmitglied der deutschen Gesellschaft für Musikermedizin und Musikphysiologie und seit Gründung der ÖGfMM aktives Mitglied und Herausgeberin.



QR code zum YouTube
Kanal [Tuning_in_](https://youtube.com/@Tuning_in_)



**Roland
Paulus**

Wien (A)

roland.paulus@meduniwien.ac.at

hno.meduniwien.ac.at



**Vortrag
Sa, 17:00 Uhr**

Zur Bedeutung der Sangerformanten für Hochleistungs-Stimmerufe Roland Paulus, Malte Kob, Elke Nagl, Judith Kopecky, Guan-Yuh Ho und Berit Schneider- Stickler

Der Klang der menschliche Stimme wird durch die Resonanzrume unterhalb und oberhalb der Stimmlippen, dem Ansatzrohr, geformt. Dieses setzt sich aus allen luftgefüllten Räumen des Vokaltraktes zusammen: Kehlkopfeingang, Rachen, Mundhöhle, Mundvorhof, Nasenhaupt- und Nebenhöhlen. Im Ansatzrohr werden nun bestimmte Resonanzfrequenzen energetisch gedämpft und andere Frequenzenverstarkt. Diese resonatorischen Energiemaxima werden Formanten genannt. Seit Erstbeschreibung des Sangerformanten durch J. Sundberg (1970) fokussiert die Stimmforschung immer wieder auf die Bedeutung des gesangspadagogischen Trainings einer maximalmöglichen resonatorischen Verstärkung der Gesangsstimme im Bereich von Frequenzen um 3000 Hz. Diese Verstärkung ermöglicht eine bessere Tragfähigkeit der klassischen Gesangsstimme im Raum und eine bessere Durchdringungsfähigkeit der Stimme gegen orchestrale Begleitung. Laut Sundberg et al. (2001) entsteht der Sangerformant durch ein Zusammenrücken mit Clusterbildung der Formanten 3, 4 und 5 (F3-F5). In Fachkreisen ist umstritten, ob der Sangerformant bei Männern und Frauen gleichermaßen auftritt. Manche sind der Meinung, der Sangerformant spiele nur bei männlichen Sängern eine Rolle. Lee et al. (2008) beschrieben zusätzlich zur resonatorischen Energieverstarkung im Bereich des Sangerformanten weitere messbare höhere Energiekonzentration bei 8000-9000Hz als Hinweis für einen möglichen 2. Sangerformanten.

Bei ausgebildeten klassischen Sanger_innen scheint sich der Sangerformant durch die Gesangsausbildung automatisch auszubilden. Barrichelo et al. (2001) konnten zeigen, dass sich diese Energiemaxima bei klassischen Sanger_innen auch beim Sprechen im Vergleich zu stimmlich nicht ausgebildeten Sprecher_innen messen ließen. Im Rahmen dieser Arbeit sollen erste Ergebnisse zur retrospektiven Auswertung des Sangerformanten in Stimmaufnahmen von Studierenden präsentiert werden. Es sollen vorhandene Aufnahmen von Gesangspadagog_innen retrospektiv ausgewertet werden. Die vorhandenen Stimmaufnahmen beinhalten gehaltene Vokale, einen gelesenen Standardtext sowie die Arie Summertime. Dabei soll LTAS (Long-term-average-spectrum) bei ausgewählten Vokalen sowohl des gesungenen als auch des gesprochenen Textes durchgeführt werden. Ziel der Studie ist es, die Entwicklung des Sangerformanten im Rahmen einer professionellen Stimmbildung besser zu verstehen und vor allem ein mögliches Anwendungsgebiet in der phoniatisch-laryngologischen Praxis zu entwickeln, um dadurch neue praktikable diagnostische Verfahren sowie neue Möglichkeiten eines Therapiemonitorings zu realisieren.

Roland Paulus, Guan-Yuh Ho, Berit Schneider-Stickler [Mediz. Univ. Wien, Klin. Abt. Phoniatrie-Logopädie]
Malte Kob, Elke Nagl, Judith Kopecky [mdw - Institut Antonio Salieri]

Dr. med. univ. Roland Paulus, geboren 1990 in Salzburg. Nach dem Studium der Biologie an der Universität Salzburg im Jahre 2011 wechselte er zum Studium der Humanmedizin an der Paracelsus Medizinischen Privatuniversität (PMU) in Salzburg. Dort erlangte er im November 2016 den Titel Dr. med. univ. Seine Facharztausbildung für Hals-Nasen-Ohren-Heilkunde absolvierte Dr. Paulus zwischen Dezember 2017 und Februar 2023 am Allgemeinen Krankenhaus Wien (AKH Wien), sowie in den Landeskrankenhusern Salzburg (SALK) und Obersterreich. Seit März 2023 ist er als Facharzt für HNO am Universitätsklinikum für HNO-Krankheiten, klinische Abteilung Phoniatrie und Logopädie im Allgemeinen Krankenhaus der medizinischen Universität Wien tätig.



**Sarah
Lesjak**

Graz (A)

lesjak.physio@gmail.com

praxis-orange.com/team/sarah-lesjak/



**Workshop
Sa, 17:00 Uhr**

Die Haltungs- und Bewegungsanalyse am Musikinstrument aus Sicht der Physiotherapie **Sarah Lesjak**

In der theoretischen Einführung wird der physiotherapeutische Prozess erläutert. In einem kurzen Überblick wird das Vorgehen im Aufnahmegespräch vorgestellt. Näher ausgeführt wird die Haltungs- und Bewegungsanalyse. Zunächst werden die allgemeinen Prinzipien erklärt, bevor auf die Besonderheiten in der Befundung von Musiker_innen eingegangen wird. Abschließend wird vermittelt, inwiefern die Ergebnisse aus der Haltungs- bzw. Bewegungsanalyse in Zusammenhang mit den Informationen aus dem Aufnahmegespräch das therapeutische Handeln leiten. Die (möglichen) resultierenden Interventionen werden beschrieben (z.B.: Anpassungen am Musikinstrument; Prinzipien der Übungsauswahl zur Unterstützung der körperlichen Voraussetzungen für das Instrumentalspiel) und ein möglicher Verlauf einer physiotherapeutischen Begleitung wird dargestellt. In diesem Zusammenhang wird ein Überblick über weitere (mögliche) Untersuchungsschritte gegeben. Ziel des Theorieteils ist neben der Vermittlung der Grundlagen der Anamnese und Haltungs-/Bewegungsanalyse auch zu zeigen, dass ein Zusammenspiel der Ergebnisse unterschiedlicher Untersuchungsschritte das therapeutische Handeln lenkt und nicht einzelne Ergebnisse.

Im Praxisteil folgt die Vorführung einer solchen Analyse an einer freiwilligen Person. Alle Prinzipien der Haltungs-/Bewegungsanalyse werden schrittweise erklärt. Das strukturierte Vorgehen basiert dabei nicht auf spezifischen Beschwerden, sondern sollte allgemein anwendbar sein. Der Praxisteil wird interaktiv gestaltet. Die Teilnehmer_innen aus der Gruppe können sich frei im Raum bewegen und werden eingeladen, den Prozess nicht nur mitzuerfolgen sondern ggf. auch eigene Beobachtungen mitzuteilen. Auf diese Weise kann direkt auf Fragen oder Unklarheiten eingegangen werden. Am Ende des Workshops sollen die Teilnehmer_innen ein strukturiertes Vorgehen in der Haltungsanalyse beobachtet haben, das ihnen als Hilfestellung in der eigenen Tätigkeit dienen soll. Sollte keine Demonstration an einer freiwilligen Person zustande kommen, wird anhand von Bild- und Videomaterial eine Analyse präsentiert.

Sarah Lesjak ist freiberufliche Physiotherapeutin in Graz. Vor der Ausbildung zur Physiotherapeutin schloss sie das Instrumentalpädagogik-Studium (Hauptfach Violine) ab. Sie absolvierte außerdem die Masterstudiengänge „Performing Arts Medicine“ am University College London sowie „Muskuloskeletale Therapie – OMT“ an der Hochschule Osnabrück. Die verfassten Arbeiten wurden auf Konferenzen präsentiert (ASPAH) bzw. zur Veröffentlichung eingereicht. Im physiotherapeutischen Berufsalltag zählen sowohl Musiker_innen als auch Nicht-Musiker_innen zum Behandlungsklientel, speziell auch Patient_innen mit Beschwerden im orofazialen Bereich. Neben der therapeutischen Tätigkeit in einer Gemeinschaftspraxis in Graz (Praxis orange) werden Vorträge bzw. Workshops zum Thema Performing Arts Medicine/Physiotherapy sowohl für Physiotherapeut_innen als auch Musiker_innen gehalten.



Katharina Anna

Klavacs

Wiener Neustadt (A)

katharina.klavacs@fhwn.ac.at

www.logo-stimme.at



Vortrag
Sa, 17:15 Uhr

SiACo - Sing Against Cortisone Side Effects

Katharina Anna Klavacs

„Die Wirkung von Gesangstraining und logopädischer Stimmtherapie auf die durch inhalative Verabreichung von Kortikosteroiden entstandene Heiserkeit bei Asthma- und COPD-Patient*innen“
Ziel: Ziel dieser Pilotstudie ist die Überprüfung konservativer stimmfokussierter Interventionsmöglichkeiten wie Logopädie oder Chorgesang bei Asthma bronchiale bzw. COPD-Patient_innen mit Heiserkeit, die eine inhalative Kortisondauertherapie erhalten. Es soll überprüft werden, ob stimmliche Aktivität zu einer Verbesserung der möglicherweise kortisonbedingten laryngealen Veränderungen beitragen kann und ob dabei die logopädische Stimmtherapie und die chorische Stimmbildung entweder gleichwertig sind oder eine Intervention der anderen überlegen ist.

Studiendesign: Einschlusskriterien in die Studie waren die Diagnosen Asthma bronchiale oder COPD (Stadium I-III), inhalative Kortisontherapie als Dauermedikation, die Altersgrenze lag zwischen 18-100 Jahren und die wöchentliche Studienteilnahmemöglichkeit. Ausschlusskriterien waren COPD Stadium IV mit Sauerstofftherapienotwendigkeit, bedarfsweise inhalative Kortisontherapie und vorbekannte laryngeale Erkrankungen mit konsekutiver Heiserkeit. Die Dauer der aktiven Studienteilnahmen war über einen Zeitraum von 10 Wochen geplant mit wöchentlichen Interventionen (je nach Randomisierung entweder Logopädie oder Chor) mit stimmdiagnostischen Untersuchungen zu Beginn und nach Abschluss der Studie.

Methoden: Die Stimmdiagnostik, bestehend aus phoniatischen und logopädischen Untersuchungen, wurde nach den Empfehlungen des Basisprotokolls der European Laryngological Society durchgeführt und beinhaltete Fragebögen zur Selbstevaluation, auditiv-perzeptuelle Stimmklangbeurteilung, aerodynamische und akustische Messungen sowie die laryngostroboskopische Beurteilung. Die Werte der Erst- und Abschlussdiagnostik wurden statistisch ausgewertet und miteinander verglichen.

Ergebnisse Zusammenfassung: Eine Verbesserung der Stimmkonstitution durch die Interventionen Logopädie und Chor konnte in dieser Studie in allen durchgeführten Messungen nachgewiesen werden.

Dr. Katharina Anna Klavacs, BSc, MSc – Logopädin, Sängerin, Gesangspädagogin - arbeitet als Logopädin in freier Praxis (MED4COM Univ.-Prof.Dr. Schneider-Stickler 2015-2022, Praxisinhaberin LOGO-STIMME Wiener Neustadt seit 2015). Nach dem Masterstudium an der Donau Universität Krems (2021) schloss sie 2023 das Doktoratsstudium Public Health an der St. Elisabeth Universität Bratislava ab. Weiters ist sie Vortragende im Masterstudium Logopädie an der Universität für Weiterbildung Krems.

Seit Juni 2023 ist Katharina Klavacs wissenschaftliche Mitarbeiterin an der Fachhochschule Wiener Neustadt, Studiengang Logopädie. Sie ist Vortragende in den Bereichen Stimmtherapie, Stimmcoaching und Prävention und unterrichtet Jazz/Populärmusik Gesang. Da sie auch Musical, Jazz/Pop und Gesangspädagogik studiert hat und darüber hinaus regelmäßig selbst als Künstlerin auf der Bühne steht, liegt ihr beruflicher Schwerpunkt in der Betreuung von Stimmkünstler_innen.



**Birte
Dalbauer-Stokkebaek**

Wien (A)

birte.stokkebaek@aon.at

birte-dalbauer-stokkebaek.at



**Vortrag
Sa, 17:30 Uhr**

Mindfulness Based Musician Performance MBMP im grünen Bereich Birte Dalbauer-Stokkebaek

Mindfulness Based Musician Performance ist eine Mindfulness Intervention (Achtsamkeits-Intervention) für Musiker_innen.

Meiner Erfahrung nach kann uns ein achtsamkeitsbasiertes Fundament einen stabilen Halt in unserem oft stressigen Musiker_innenalltag verleihen.

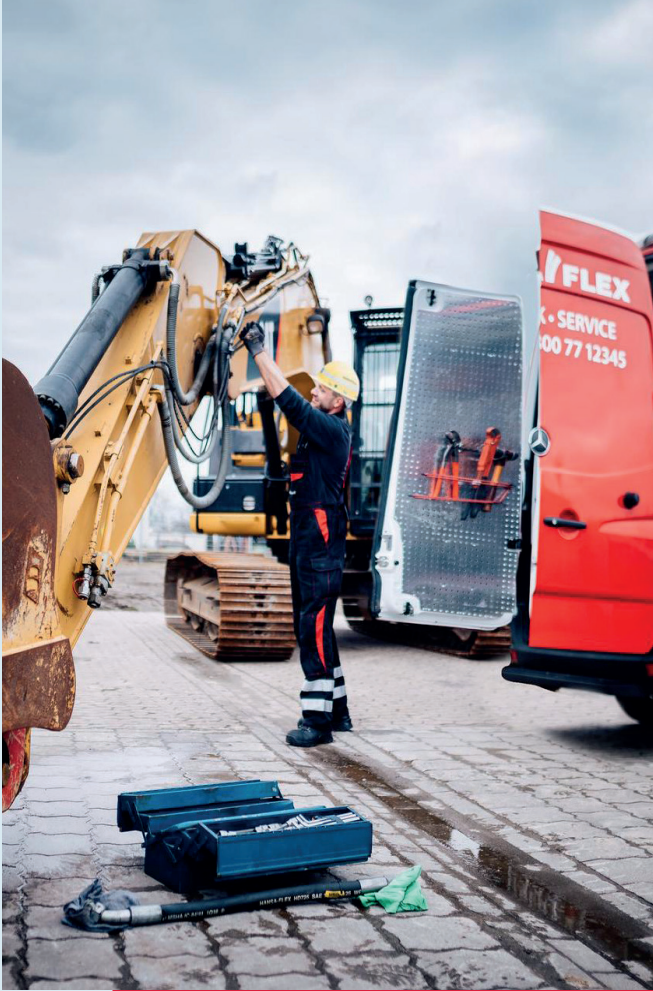
In meinem Buch „Auftakt“ „Achtsamkeit für Musiker*innen“ beschreibe ich, wie man ein achtsamkeitsbasiertes Fundament aufbauen kann. Ein sehr geschätztes Modell in der Achtsamkeitspraxis ist „The Three Circle Model“ von dem britischen Psychologen Prof. Dr. Paul Gilbert (Compassion-Focused Therapie).

Unser Gehirn beheimatet drei große emotionale Regulationssysteme, die auch die drei Motivationssysteme genannt werden. Die drei Systeme sind: Das Alarmsystem (RED CIRCLE), das Drivesystem (BLUE CIRCLE) und das Beruhigungssystem (GREEN CIRCLE). Das Alarmsystem ist nur für eine kurze Dauer ausgelegt. Es versetzt uns in eine kurzzeitige Stressreaktion und kann lebensrettend sein. Das Drivesystem treibt uns zum Handeln an: "Go and get it!" Das Beruhigungssystem, „der grüne Bereich“, entspannt und regeneriert uns. Bei vielen von uns ist das Beruhigungssystem sehr klein gehalten. Viele Musiker_innen machen die Erfahrung, dass ihr Alarmsystem ständig im Vordergrund spielt. Es ist ein gefährlicher Zustand, der zu chronischem Stress führen kann. Für unsere Gesundheit ist es von großer Bedeutung, dass die drei Systeme im Gleichgewicht sind.

The Three Circle Model ist ein hilfreiches und überschaubares Modell, das unterstützend ist für ein achtsames Verhalten, um Gleichgewicht in den drei Systemen herzustellen, damit wir von dem GRÜNEN BEREICH aus leben und musizieren. Ich werde dieses Modell im Vortrag vorstellen.

Birte Dalbauer-Stokkebaek ist Sängerin, Logopädin und MBSR-Lehrerin. Die gebürtige Dänin lebt seit über 22 Jahren in Wien und arbeitet dort als freischaffende Sängerin sowie in ihrer Praxis "Zentrum: Stimme". Hier ist sie als Gesangs- und Stimmtrainerin und Chorleiterin tätig und unterrichtet MBSR (Mindfulness Based Stress Reduction) und MBMP (Mindfulness Based Musician Performance). Zudem hält sie Vorträge und gibt Workshops zum Thema Achtsamkeit für Musiker_innen. Ihr Buch "Auftakt" "Achtsamkeit für Musiker*innen" ist 2021 im deutschen Arbor Verlag erschienen und ist in jeder Buchhandlung erhältlich.

Weitere Informationen finden Sie auf Ihrer website unter: www.birte-dalbauer-stokkebaek.at



VON DER BÜHNE BIS ZUR HYDRAULIK

HANSA-FLEX fördert die
Harmonie in jeder Komposition

Präzision, Leidenschaft und Harmonie sind
sowohl in der Musik als auch in der Technik
der Schlüssel zum Erfolg.

Wir sorgen dafür, dass unsere Technologien
und Lösungen nahtlos funktionieren, wie ein
Orchester in perfekter Harmonie.



www.hansa-flex.at

HANSA FLEX



team santé
Salvator Apotheke



VAMED

health. care. vitality.



REMEDIA

Zur Entwicklung der Abteilung

Musikphysiologie an der mdw

Sabine Skopal, Bernhard Riebl & Coretta Kurth

Das Jubiläum „50 Jahre Musikphysiologie an der mdw“ im April 2024 bietet einen willkommenen Anlass, sich mit den Ursprüngen und Entwicklungen einer Institution zu beschäftigen, die aus kleinen Einzelaktivitäten zu einer der wichtigsten Lehrinrichtungen im deutschsprachigen Raum herangewachsen ist. Dass die Österreichische Gesellschaft für Musik und Medizin, kurz ÖGfMM, gleichzeitig ihr 15-jähriges Bestehen feiern kann, ist ein gutes Zusammentreffen. Die letzten Lehrenden, die noch mit den Gründer_innen in persönlichem Kontakt gewesen sind bzw. bei ihnen Unterricht genossen haben, verlassen in diesen und den nächsten Jahren die Universität und nehmen viele Informationen und erlebtes Wissen mit. Damit also diese Ursprünge nach einem halben Jahrhundert nicht unwiederbringlich in Vergessenheit geraten, nutzen wir hier die Gelegenheit, Meilensteine und Anliegen unserer Abteilungsentwicklung nach bestem Wissen aufzuzeichnen.

Wir bitten um Verständnis, falls wir jemand in diesen losen historischen Notizen übersehen haben sollten und sind dankbar für entsprechende Ergänzungen aus den Reihen der Leser_innen!

Die Wurzeln unseres Fachbereiches sind breit über verschiedene Abteilungen der ehemaligen Musikakademie bzw. dann Musikhochschule verteilt, denn in den 60er-Jahren begannen gleichzeitig mehrere Pionier_innen, sich dem Thema „Gesundes Musizieren“ zu widmen. Zunächst wurden Bestrebungen von Einzelpersonen oder Instituten realisiert, die erst viel später in Form einer Abteilung sinnvoll zusammengefasst wurden.

1960 wurde an der Gesangsabteilung der Akademie für Musik und Darstellende Kunst das Fach „Atem- und Stimmkunde“ als Hauptfach im Lehrgang für Klavierbegleiter angeboten. Hilde Langer-Rühl unterrichtete hier bis **1966** und wollte auch einen „Sonderlehrgang für Pianisten“, das geplante

„Eduard Erdmann-Seminar“ einrichten, das Themen aus Technik und Physiologie des Klavierspiels, der Stilistik und der Atemschulung bearbeiten sollte. Dies wurde aber leider nicht verwirklicht.

Aber im Jahr **1974** wurde nun schon an der Hochschule für Musik und darstellende Kunst und kurz vor der Pensionierung Hilde Langer-Rühls als Professorin im Jahre **1976** durch ihre Initiative der „Lehrgang für Atem-, Stimm- und Bewegungserziehung für Instrumentalisten“ eingerichtet, den sie bis 1987 leitete. Maßgebliche Unterstützung bei dieser Gründung erhielt sie von Horst Coblenzer, Ordinarius für Sprachgestaltung am Max Reinhardt Seminar und Franz Muhar, Ordinarius für Pulmologie in Wien. Der Lehrgang wurde dem Institut für Atem- und Stimmerziehung (gegr. 1965/66, geleitet von Horst Coblenzer, ab **1975** durch Margaretha Sparber) eingegliedert.

Hilde Langer-Rühl, selbst Pianistin, erkannte früh die Bedeutung der Verbindung zwischen freier Atmung und Bewegung und einem frei fließenden Musizieren. Von 1932 bis 1936 besuchte sie ursprünglich als Ausgleich zum Klavierspiel die Atemschule von Clara Schläffhorst und Hedwig Andersen. Ihre Faszination für diese Zusammenhänge führte dazu, dass sie ihre Karriere als Pianistin aufgab, um sich ganz der Atembildung zu widmen. Sie entwickelte gemeinsam mit Hedwig Andersen einen Schulungsweg für Pianisten basierend auf deren Atemerziehung und arbeitete auch mit Eduard Erdmann intensiv am Thema physiologisches Musizieren mit vom Atem geführten freiem Körpereinsatz.

Schon seit den 1960er-Jahren wurden physiologische, gesangstechnische und klangliche Aspekte beim Musizieren an der Musikakademie wissenschaftlich untersucht. So finden sich in der Österreichischen Mediathek Filme aus jenen Tagen, welche im Österreichischen Bundesinstitut für den Wissenschaftlichen Film von Friedrich Frank und Margaretha Sparber erstellt wurden: „Stimmumfang und Klangcharakter bei Sieben- bis Vierzehnjährigen“ (1970); „Pulstelemetrie bei Sängern“ (1972) und „Körperhaltung und Gesang“ (1974). Auch Hilde Langer-Rühl und Franz Muhar studierten die „Atemführung und Körperhaltung beim Musizieren“ (1980) und untersuchten die „Zwerchfelldynamik beim Atmen,



Hilde Langer-Rühl



Hilde Langer-Rühl erklärt, wie man sich richtig hinsetzt. In: Atmung und Körperhaltung beim Musizieren (BHWK 1980)

Singen und Musizieren“ (1970) mit einem heute allerdings aus Gründen der Strahlenbelastung kritisch zu sehenden Röntgenton-Filmapparat.

Als weiterer Pionier an der Hochschule ist Friedrich Meixner anzuführen. Er war **1961** vom damaligen Leiter der Abteilung Musikpädagogik Ewald Breunlich ans Haus gerufen worden und etablierte hier die Lehrveranstaltung „Konzentrationspraxis“. Dieses Fach lehrte er bis 2000. Mit seinen Assistentinnen Christine Sixthofer (**1982** bis 2016) sowie später Andrea Meixner (Wilhelm) (1982 bis 2013) war das die Grundlage für die heute immer mehr Bedeutung erlangende Betreuung der Studierenden im mentalen Sektor. Hier wurden Qi Gong und Tai Qi unterrichtet sowie Inhalte aus Zen und philosophische sowie Selbst- und Weiterkenntnis fördernde wertvolle und unterstützende Gespräche geführt. Beide Lehrende wurden 2004 in die Abteilung integriert, ebenso das Fach „Funktionelle Entspannung“, unterrichtet seit **1987** durch die Gesangsprofessorin und Fachärztin für Neurologie und Psychiatrie Gertraud Berka-Schmidt, seit **2012** auch durch ihre Assistentin Rita Kautschitz.

Robert Wolf, Flötist und selbst Langer- Rühl Schüler, war der erste Lehrende, den Hilde Langer-Rühl für die gemeinsame Arbeit gewinnen konnte. Nach dem Ausscheiden Hilde Langer-Rühls im Jahre **1987** übernahm Robert Wolf die Leitung des Lehrgangs. Seinen Bemühungen sind die ersten eigenen Räumlichkeiten der Abteilung zu verdanken. Ihm folgte 1991 der Pianist und Facharzt für physikalische Medizin Bernhard Riebl.

Weitere Lehrende im Lehrgang waren von **1981** bis 1984 der Sänger Wolfgang Gamerith sowie von **1984** bis 2002 die Sängerin Christa Schwertsik.

Seit **1985** unterrichtete die Pianistin und Feldenkraislehrerin Mieke Stoel im Bereich „Haltung und Bewegung für Pianisten“ an der damaligen Abteilung Musikpädagogik (Abt.5) und gehörte als Lehrende von 2002 bis 2017 der Abteilung Musikphysiologie an.

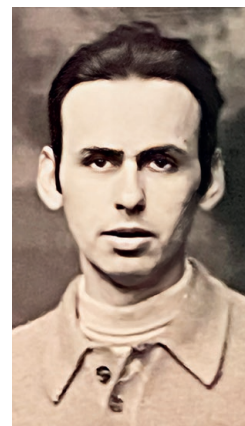
Auch die Klavierlehrerin Andrea Meixner-Wilhelm lehrte seit 1985 Haltung und Bewegung an derselben Abteilung, dann an der Abteilung Musikphysiologie von 2002 bis 2013.

Seit **1991** bereichert der Sänger Johann Leutgeb das Team im Bereich Körperarbeit mit dem Schwerpunkt Atem.

2000 war der Unterrichtsbeginn der Psychologin und Psychotherapeutin Monika Weis-Danhofer, die seither Autogenes Training in der Gruppe unterrichtet.

Lehrende, die Inhalte aus dem Bereich Atem-, Stimm- und Bewegungsschulung bzw. mentale

Unterstützung anboten, ohne Mitglieder der Abteilung Musikphysiologie zu sein, waren die Querflötistin Furugh Karimi-Djafar-Zadeh, die zwischen 2004 und 2020 Musikkinesiologie und die Blockflötistin Rahel Stoellger, die seit 2016 Qi Gong in der Gruppe lehrt und heuer auch in die Abteilung aufgenommen wurde.



Friedrich Meixner

In den Jahren **2004** bis 2019 unterrichtete der Pianist Adrian Cox das Fach Feldenkrais, zuletzt an der Abteilung Musikphysiologie.

Der Flötist und Institutsvorstand Walter Wretschitsch rief **2008** bis 2010 das zweijährige Gesundheits-Präventionsprojekt „Musik und Muskeln“ für Studierende und Lehrende ins Leben, gefördert vom Fonds Gesundes Österreich und der Wiener Gebietskrankenkasse, sowie in den Jahren 2009 bis 2012 die Initiative „Musik bewegt uns“ im Rahmen der univision:2.

Diese Projekte hatten die „Entwicklung ungenutzter kinästhetischer und psychomotorischer Potentiale und deren individuelle Anwendung im KE (künstlerischen Einzelunterricht)“ zum Ziel.

Von **2006** bis 2010 bot die Rhythmikerin Christine Batik das Fach Körperbildung und Bewegung als Gruppenunterricht an der Abteilung Musikphysiologie an.

Von **2012** bis 2023 war Hedi Milek Konzentrationspraxislehrende und unterrichtet bis heute im Zertifizierungslehrgang Musikphysiologie. Auch Elisabeth Grabner-Oprießnig lehrte von 2013 bis 2018 Konzentrationspraxis, Auftrittcoaching und Probespieltraining.

2019 bis 2023 boten Christian Ofenbauer, Diethard Leopold und Gerhard Binder im Rahmen der Lehrveranstaltung „Konzentrationspraxis“ Japanisches Bogenschießen an.

Im Jahr **2002** wurde die Hochschule für Musik und Darstellende Kunst zur Universität umgewandelt. Im Zuge der Neugliederung dieser Universität in 24 Institute im Jahr **2002** wurden fast alle Lehrende mit den verschiedensten Lehrveranstaltungen der Bereiche Körperarbeit und Konzentrationspraxis in der „Abteilung für Integrative Atem-, Stimm- und Bewegungsschulung“ unter der Leitung von Bernhard Riebl zusammengefasst, dessen stellvertretende Abteilungsleiterin von 2002 bis 2017 Mieke Stoel und von 2017 bis 2022 Johann Leutgeb war.

Gemeinsam mit der Abteilung „Musik- und Bewegungserziehung / Rhythmik“ und der „Abteilung Musiktherapie“ entstand das „Institut für Musik- und Bewegungserziehung sowie Musiktherapie und Integrative Atem-, Stimm- und Bewegungsschulung“ unter der Leitung von Angelika Hauser-Dellefant: das Institut 13.

Die Namensgebung „Integrative Atem-, Stimm- und Bewegungsschulung“ sollte das Anliegen der Abteilungsmitglieder widerspiegeln, den Studierenden zusätzlich zu ihren Hauptfachstudien Lehrveranstaltungen anzubieten, die ihre physischen und mentalen Fähigkeiten während ihrer Ausbildung grundlegend unterstützen und fördern. Diese praktischen Fächer sind bis heute das Rückgrat der Abteilung Musikphysiologie. Und trotz des im internationalen Vergleich großen Angebots an Einzelunterricht müssen nach wie vor Wartelisten geführt werden.

2002 folgten auf die Pensionierung Christa Schwertsiks die Sängerin Coretta Kurth (Auftrittscoaching, Probespieltraining, Konzentrationspraxis, Atem- und Körperarbeit), die Klavierlehrerin Sabine Günther (Atem- und Körperarbeit) und die Klavier- und Bewegungspädagogin Sabine Skopal (Atem- und Körperarbeit, Konzentrationspraxis).

Ab **2004** wurden durch eine Änderung der Bestimmungen Lehrgänge an der mdw kostenpflichtig, was den „Lehrgang für Atem- Stimm- und Bewegungserziehung für Instrumentalisten“ mit einer Semestergebühr von 1200 Euro für Studierende deutlich zu teuer machte.

Der damalige Lehrgangleiter Bernhard Riebl und die Studiendekane Wolfgang Heissler und Walter Würdinger konnten erreichen, dass mehr und mehr zusätzliche Lehrangebote im allgemeinen Wahlfachbereich eingerichtet wurden und so den Studierenden die Inhalte des Lehrgangs und weiterer fachspezifischer Lehrveranstaltungen nun auch im regulären Studium zugänglich gemacht wurden.

2008 markiert den Beginn einer neuen Phase wissenschaftlicher Forschung in der Abteilung durch den Beitritt von Matthias Bertsch, systematischer Musikwissenschaftler, Trompeter und Biofeedback Trainer. Seither wurden umfangreiche Seminar-, Bachelor-, Master- und Diplomarbeiten sowie Dissertationen im Bereich der Performance Science verfasst. Bertschs Engagement in der empirischen Forschung in den Teilbereichen der Performance Science (Physiologie, Psychologie und Akustik) führte zu einer bedeutenden interuniversitären und internationalen Vernetzung der Abteilung in den Bereichen Musikphysiologie und Musikermedizin.

2009, vor 15 Jahren, gründeten die Abteilungsmitglieder Matthias Bertsch und Bernhard Riebl zusammen mit Michael Peschka (der seit 2023 ebenfalls Teil des Abteilungsteams ist) die Österreichische Gesellschaft für Musik und Medizin (ÖGfMM). Von Anfang an entwickelte sich durch zahlreiche gemeinsam organisierte Veranstaltungen eine intensive Kooperation zwischen der Abteilung Musikphysiologie und der ÖGfMM.

Zwischen **2010** und 2015 wurde der Bereich „Kunst und Gesundheit“ in die Leistungsvereinbarungen der Universität integriert. Diese Entwicklung führte



Die Abteilung 2017 (v.l.n.r.): Hauser-Dellefant (Inst.-Ltg.), Leutgeb, Bold, Skopal, Weis-Danhofer, Kautschitz, Bertsch, Günther, Milek, Türk-Espitalier, Kurth, Grabner, Riebl (Abt.-Ltg.) Nicht im Bild: Stoel.

Ortswechsel

Da die heutige Abteilung aus unterschiedlichen Initiativen verschiedener Institute zusammengesetzt wurde, erfolgte der Unterricht im Lauf der Jahre an weit verteilten Standorten der Akademie bzw. Universität. Unterrichtsräume gab es zunächst in der Operngasse, der Penzingerstrasse, der Seilerstätte 26, der Lothringerstraße, der Metternichgasse, der Schönburgstraße, der Paniglasse und am Schuberttring. Erst mit dem Umzug der Universität in die Räumlichkeiten am Anton-von-Webern Platz 1 erhielt die Abteilung ein gewisses Zentrum in der Ungargasse 14.

Derzeit liegt unsere Zentrale mit drei Unterrichtsräumen am Rennweg 8; daneben findet Unterricht am Campus Anton-von-Webern-Platz statt.

Seit 2023 erhielt das Motion-Emotion-Lab ein neues Zuhause im Future Art Lab am Campus.

dank der Unterstützung durch das Rektorat und hier insbesondere durch Vizerektorin Gerda Müller zu einer verstärkten Sensibilisierung für das Thema Gesundheit aller Mitarbeitenden und Studierenden der Einrichtung. Ein beispielhaftes Ergebnis dieser Bemühungen ist die Einführung eines seither regelmäßig stattfindenden Gesundheitstages, bei dem die Abteilung im Organisationsteam vertreten ist und sowohl fachlich als auch organisatorisch umfangreich Beiträge liefert.

2013 kam die Klavier- und Bewegungspädagogin Andrea Bold mit den Schwerpunkten Qi Gong, Yoga und Embodiment dazu.

Seit **2014** ist Alexandra Türk-Espitalier im Team. Sie ist Flötistin, Physiotherapeutin sowie Doktorin der systematischen Musikwissenschaften. Als Leiterin des Zertifizierungslehrganges für Musikphysiologie, aber auch als Buchautorin, Bloggerin und Entwicklerin einer eigenen App für Musiker_innengesundheit leistet sie einen großen Beitrag für den Themenbereich der Musikphysiologie und seine Weiterverbreitung im öffentlichen Bewusstsein.

Durch Förderung des Rektorats im Rahmen des Projekts Kunst-und-Gesundheit wurde **2015** das psychophysiologische Labor für Bewegungs- und Emotionsstudien als Motion-Emotion-Lab eingerichtet, welches über moderne psychophysiologische Messgeräte verfügt. Biofeedback Mess-Sensoren, EMG und Motion Capture Geräte ermöglichen seitdem eine große Vielfalt an Studien im Labor. Mit einem neuen Raum im Future-Art-Lab und neuesten Smartwatches

und VR-Devices stehen für Forschung und Lehre moderne Werkzeuge zur Verfügung.

Durch diese Erweiterung der Arbeitsbereiche begannen die Überlegungen, die Abteilung von „Integrative Atem-, Stimm- und Bewegungsschulung“ in den Überbegriff „Musikphysiologie“ umzubenennen. Nach der Ausgliederung des Bereichs Musiktherapie in ein eigenständiges Institut im Oktober 2016 scheint unser Fachbereich „Musikphysiologie“ erstmals im Namen des neuen „Instituts für Musik- und Bewegungspädagogik/Rhythmik sowie Musikphysiologie“ auf.

2017 wurde der „Universitäre Zertifizierungslehrgang Musikphysiologie“ als postgraduale Weiterbildung für Musiker_innen mit besonderem Interesse an physiologischen, psychologischen und mentalen Zusammenhängen im Bereich des Musizierens ins Leben gerufen. Geleitet wird er von Alexandra Türk-Espitalier. Er dauert zwei Semester, umfasst 24 ECTS und muss sich mit einer Semestergebühr von 1200 Euro wie alle Lehrgänge im Haus selbst finanzieren.

Im Jahr **2022** übernahm die Sängerin Coretta Kurth die Abteilungsleitung und 2023 auch die Funktion als 2. stellvertretende Institutsvorständin neben dem Institutsleiter Klaus Göhr.

2022 kam Monika Witzany, Geigerin und Feldenkraislehrerin mit dem Schwerpunkt Feldenkrais, aber auch Fokale Dystonie ans Haus. 2022 war auch der Beginn für Judith Wigelbeyer, Flötistin und Psychotherapeutin, für das Fach Konzentrationspraxis.

Seit **2023** ergänzt Leonhard Königseder, Schlagwerker und Psychologe das Team im Fachbereich Mentaltraining sowie Konzentrationspraxis. Ebenfalls 2023 kam Veronika Morscher ins Team, Sängerin und Psychologin, für die Fächer Auftrittcoaching, Konzentrationspraxis und Yoga.

Seit dem Sommersemester 2024 ergänzt auch die Pianistin Gisela Jöbstl das Team mit dem Fach Feldenkrais.

2023 trat Michael Peschka eine Tenure-Track-Stelle an der Abteilung Musikphysiologie an. Als Klarinettist, Facharzt für Chirurgie und Arbeitsmediziner in Ausbildung bringt er neue Kompetenzen als Wissenschaftler und Lehrender in das Team der Abteilung. Mit ihm findet nun der bisher von Bernhard Riebl in Kooperation mit dem Krankenhaus Rudolfstiftung (jetzige Klinik Landstraße) begonnene Aufbau des Bereichs Musiker_innenmedizin seine sinnvolle Fortsetzung hin zu einer ernstzunehmenden Verflechtung unseres Hauses mit weiteren medizinischen



Einrichtungen.

Dem Bereich Musiker_innengesundheit wird sowohl an der mdw als auch international immer mehr Bedeutung beigemessen.

Die Abteilung Musikphysiologie bietet Lehrveranstaltungen und Schwerpunkte sowohl im Konzertfachstudium als auch in den Pädagogikstudien an. Zusätzlich stellt sie Bildungsangebote von der Jugendförderung bis zum Lifelonglearning, vom Workshop bis zum Universitären Zertifizierungslehrgang bereit. Auch im Gesundheits- und Weiterbildungsbereich für Mitarbeiter_innen unseres Hauses ist sie intensiv vertreten.

Das Bestreben der Abteilung ist es, mittelfristig ein eigenständiges Institut für Musikphysiologie zu werden. Mit der Besetzung einer Tenure-Track-Stelle durch Michael Peschka ist eine Professur im Fachbereich Musikphysiologie in greifbare Nähe gerückt. Die Institutsgründung wäre ein weiterer logischer und sinnvoller Schritt in Richtung Festigung des Fachbereichs an der Universität für Musik und Darstellende Kunst Wien. In Hinblick darauf, dass schon jetzt die Abteilung zu den größten ihrer Art an Musikuniversitäten gehört, wäre diese Organisationsform auch im internationalen Vergleich üblich und angemessen. Die Tagung Body, Mind & Music ist jedenfalls ebenfalls ein Baustein in diese Richtung, und wir freuen uns über und danken für Ihr Interesse.

2023 übernimmt Coretta Kurth die Abteilungsleitung von Bernhard Riebl. Hedi Milek und Angelika Hauser-Dellefant treten 2023 in den Ruhestand. Zum Abschied treffen sich: (Bild links) Wigelbeyer, Hauser-Dellefant, Kurth, Leutgeb, Riebl, Günther, Peschka (Bild rechts): Türk-Espitalier, Weis-Danhofer, Skopal, Kautschitz, Bold, Milek, Bertsch.

Quellen

- Archiv der mdw. Auskünfte d. Archivar Erwin Strouhal im Febr. 2024
- Frank, Friedrich, Sparber, Margareta (1970): Stimmumfang und Klangcharakter bei Sieben- bis Vierzehnjährigen. Österr. Bundesins. f. d. Wiss. Film. Österreichische Mediathek
- Frank, Friedrich, Sparber, Margareta (1972): Pulstelemetrie bei Sängern. Österr. Bundesins. f. d. Wiss. Film. Österreichische Mediathek
- Frank, Friedrich, Sparber, Margareta (1974): Körperhaltung und Gesang. Österr. Bundesins. f. d. Wiss. Film. Österreichische Mediathek
- Langer-Rühl, Hilde; Coblenzer, Horst; Muhar, Franz (1970): Zwerchfelldynamik beim Atmen, Singen und Musizieren. Österr. Bundesins. f. d. Wiss. Film. Österreichische Mediathek
- Langer-Rühl, Hilde; Coblenzer, Horst; Muhar, Franz (1970): Zwerchfelldynamik beim Atmen, Singen und Musizieren. Österreichisches Bundesinstitut für den Wissenschaftlichen Film // BHWK
- Langer-Rühl, Hilde; Muhar, Franz. (1980): Atemführung und Körperhaltung beim Musizieren. Hochschule für Musik u. darstellende Kunst (Wien) 1980. Veröffentlichung: BHWK (Wien), Vertrieb: IWF (Göttingen)
- mdw. Univ.-Prof. Walter Wretschitsch | Franz Schubert Institut für Blas- und Schlaginstrumente in der Musikpädagogik mdw.ac.at/fsi/lehrende/floete/univ-prof-walter-wretschitsch
- Sabine Skopal: Hilde Langer-Rühl: Leben und Werk. Re Di Roma-Verlag, Remscheid, 2011.

(Bild unten) Bertsch, Riebl, Peschka, Jöbstl, Witzany, Bold, Skopal, Kurth, Türk-Espitalier, Wigelbeyer, Königseder, Göhr, Weis-Danhofer, Lachtner, Leutgeb und Morscher via Zoom online



Die Lehrenden der Abteilung und ihre Unterrichtsschwerpunkte



Abkürzungen:

- » [LASB]: Lehrgang für Atem-, Stimm- und Bewegungserziehung für Instrumentalisten
- » [AM]: Abteilung Musikphysiologie
- » [KP]: Konzentrationspraxis
- » [LG]: Lehrgang Musikphysiologie
- » [WISS]: Wissenschaft, Forschung, Vorlesungen



- 1961–2000: Friedrich Meixner [KP]
Qi Gong, Za Zen, Gespräche
- 1974–1987: Hilde Langer-Rühl [LASB] [WISS]
Atem-, Stimm- und Bewegungsschulung
- 1981–1984: Wolfgang Gamerith [LASB]
Atem-, Stimm- und Bewegungsschulung
- 1982–2013: Andrea Meixner-Wilhelm [AM]
Haltung und Bewegung, Energiearbeit
- 1982–2016: Christine Sixthofer [KP] Qi Gong, Tai Qi
- 1984–2002: Christa Schwertsik [LASB]
Atem-, Stimm- und Bewegungsschulung, Gesang
- 1985–2017: Mieke Stoel [AM]
Dispokinesis, Feldenkrais, Anatomie
- 1987–1991: Robert Wolf [LASB]
Atem-, Stimm- und Bewegungsschulung
- 1987–2017: Gertraud Berka-Schmid
Funktionelle Entspannung
- 1991–2023: Bernhard Riebl [LASB, AM, LG WISS]
Atem, Stimme, Bewegung, medizinische Beratung
- 1991–2024: Johann Leutgeb [LASB, LG, AM]
Atem-, Stimm- und Bewegungsschulung
- 2000–2024: Monika Weis-Danhofer [AM]
Autogenes Training
- 2002–2017: Sabine Günther [AM] Atemarbeit
- 2002–heute: Coretta Kurth [AM, LG, KP, LASB]
Körperarbeit, Probespieltraining
- 2002–heute: Sabine Skopal [AM, LG, KP, LASB]
Dispokinesis, Qi Gong, Mentales Training
- 2004–2019: Adrian Cox – Feldenkrais
- 2004–2020: Furugh Karimi-Djafar-Zadeh –
Musikkinesiologie
- 2006–2010: Christine Batik [AM]
Körperbildung und Bewegung
- 2008–2012: Walter Wretschitsch – Musik und Muskeln,
Musik und Gesundheit
- 2008–heute: Matthias Bertsch [AM, LG, WISS]
Performance Science, Biofeedback, VR
- 2012–heute: Hedi Milek [AM, KP, LG]
Lehrgang, Teamteaching
- 2012–heute: Rita Kautschitz [AM]
Funktionelle Entspannung, Mentales Training
- 2013–2018: Elisabeth Grabner [AM, KP]
Konzentrationspraxis
- 2013–heute: Andrea Bold [AM]
Qi Gong, Embodiment
- 2014–heute: Alexandra Türk-Espitalier
[LG, AM, WISS] Physiotherapie
- 2016–heute: Rahel Stoellger – Qi Gong
- 2017–heute: [LG] Helene Roitinger
- 2017–heute: [LG] Mag. Dr. Margit Painsi
- 2017–heute: [LG] Niko Maly
- 2017–heute: [LG] Thomas Lamprecht
- 2018–heute: [LG] Mag. Stephan Mantsch
- 2019–2023: Diethard Leopold – Bogenschießen
- 2019–2023: Gerhard Binder – Bogenschießen
- 2019–2023: Ofenbauer Christian – Bogenschießen
- 2022–heute: [LG] Anna Maria Hofstätter
- 2022–heute: [LG] Thomas Lachtner
- 2022–heute: Judith Wigelbeyer [AM, KP]
- 2022–heute: Monika Witzany [AM] Feldenkrais,
Körperarbeit, Retraining
- 2023–heute: Leonhard Königseder [AM, KP]
Mentales Training, Auftrittcoaching
- 2023–heute: Micheal Peschka [AM, WISS]
Musikermedizin, Musikphysiologie, Arbeitsmedizin
- 2023–heute: Veronika Morscher [AM, KP], Yoga,
Atem- und Bewegungsarbeit, Auftrittcoaching
- 2024–heute: Gisela Jöbstl [AM] Feldenkrais

Universitärer Zertifizierungslehrgang Musikphysiologie

*Certificate in Advanced Studies in
Music Physiology (CAS MP)*

Berufsbegleitender
Weiterbildungslehrgang
für MusikerInnen

Created by Dr. Reither & Partner



WIE SPIELEN KÖRPER UND PSYCHE BEIM MUSIZIEREN ZUSAMMEN?

Zu dieser Thematik hat die **mdw** den „**Universitären Zertifizierungslehrgang Musikphysiologie**“ eingerichtet. Hier werden die Grundlagen der aktuellen wissenschaftlichen Erkenntnisse aus den Bereichen Musikphysiologie und Musikpsychologie sowie berufspraktische Kompetenzen vermittelt.

Ziele sind, dieses Wissen für das eigene Üben und Konzertieren anwendbar zu machen, weite(r) Vermittler auszubilden, welche geeignete grundlegende Präventionsstrategien bereits in die musikpädagogische Ausbildung von Kindern und Jugendlichen integrieren können.

ZIELGRUPPE

Dieser Lehrgang richtet sich sowohl an ausübende MusikerInnen als auch an Lehrende an musikalischen Ausbildungsstätten, die einen Abschluss in einem fachspezifischen Bachelor- oder Diplomstudium oder eine gleichwertige Qualifikation nachweisen.

INHALT

Modul I

Körperliche Grundlagen des Musizierens, Körperwahrnehmung und Körpertraining, Erlebte Anatomie am Instrument

Modul II

Übe- und Lerntechniken, Angewandte Musikpsychologie

Modul III

Stressbewältigung, Mentales Training, Kommunikation

ORGANISATION

Der Lehrgang dauert 2 Semester und findet berufsbegleitend an neun Wochenenden statt, jeweils Freitagnachmittag bis Sonntagmittag.

ZULASSUNGSVORAUSSETZUNGEN

Die Grundlage für die Zulassung zur Teilnahme am Lehrgang bilden ein Motivationsschreiben sowie ein Eignungsgespräch. Die Teilnehmerzahl wird auf 15 Personen pro Jahrgang beschränkt.

ZERTIFIZIERUNG

Nach positivem Abschluss aller Prüfungen erhalten die AbsolventInnen ein Zertifikat, das zu einer qualifizierten Beratungstätigkeit in musikalischen Ausbildungsstätten berechtigt.

VERANSTALTER

Universität für Musik und darstellende Kunst Wien
Kooperationspartner: ÖGfMM (Österreichische Gesellschaft für Musik und Medizin)

LEHRGANGSLEITUNG

Alexandra Türk-Espitalier MSc, Dipl. mus., Dipl. mus. päd.
OA Dr. med. Bernhard Riebl

Weitere Informationen, Kosten und Termine
finden Sie unter
www.musikphysiologiewien.at

Aktuelles Lehrveranstaltungsangebot

Im Folgenden finden Sie alle Lehrveranstaltungen im aktuellen Angebot. Einzelunterricht kann nur entsprechend den Angaben in den Lehrplänen besucht werden. Alle Einzelheiten zu Schwerpunkten, Modulen und den Lehrgängen sind auf der Website der Abteilung detailliert aufgeführt.

- Angewandte Musikphysiologie 01-02
- Akustisches Praktikum (Empirische Forschungsmethoden)
- Atem- und Körperarbeit 01-06
- Atemphysiologie für BläserInnen
- Auftrittscoaching 01-02
- Autogenes Training 01-02 WF
- Didaktik und Lehrpraxis der Musikphysiologie
- Einführung in die Atem- und Bewegungsarbeit
- Einführung in die gute wissenschaftliche Praxis
- Einführung in die Musikphysiologie
- Feldenkrais 01-02 WF
- Individuelle Atem- und Bewegungsarbeit 01-06
- Konzentrationspraxis 01-06
- Mentaltraining und Konzentrationspraxis 01-02
- Musik und Gesundheit am Gesundheitstag der mdw
- Musikermedizinische Beratung mit praktischen Übungen
- Musikphysiologie - Vertiefung und Grundlagen
- Physiologie des Musizierens 01
- Privatissimum (interdisziplinäre systematische Musikwissenschaft)
- Probespieltraining und Auftrittscoaching 01-02
- Seminar Musikalische Akustik 01-02 (Music Performance Science im Motion-Emotion-Lab)
- Seminar zur Masterarbeit (systematische Musikwissenschaft)
- Virtuelles Lampenfiebertraining mit Augmented Audio (für Bläser:innen, Sänger:innen) WF
- Wissenschaftliches Seminar (Music Performance Science im Motion-Emotion-Lab)
- Yoga WF

Unterrichtsfächer im zertifizierten Lehrgang für Musikphysiologie

- Biomechanik 01, 02 (Lehrgang)
- Körperarbeit 01,02 (Lehrgang)
- Körperarbeit mit Instrument 01, 02 (Lehrgang)
- Mentales Training 01, 02 (Lehrgang)
- Musikphysiologische Grundlagen 01,02 (Lehrgang)
- Musikpsychologie 01 - 04 (Lehrgang)
- Stressbewältigung 01,02 (Lehrgang)
- Übetchnik 01, 02 (Lehrgang)



MYTHOS MOZART



STRINGS FROM VIENNA SINCE 1919



What matters to us when it comes to our strings

Developing and manufacturing musical strings of the highest quality – that's what has always mattered most to us, and it's what still motivates us today. Since 1919, we have been based in Vienna, where it all began over a century ago. This is where we manufacture our strings with a particularly broad range of sound colors for bowed and plucked string instruments. And from here, in Vienna's 5th district, we distribute our strings all over the world.

More about us and our history

[thomastik-infeld.com](https://www.thomastik-infeld.com)



LSG[®]

WAHRNEHMUNG VON LEISTUNGSSCHUTZRECHTEN GMBH
INTERPRETEN

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 Musiker_innen beteiligt sind, wie Instrumental- und Gesangspädagog_innen, Arbeitswissenschaftler_innen, Naturwissenschaftler_innen, Instrumentenherstellern, Ärzt_innen, Zahnärzt_innen, Physiotherapeut_innen und verwandte Bereiche des gehobenen medizinisch-technischen Fachdienstes, Sport- und Musikwissenschaftler_innen, Musikpsycholog_innen, Alexander-Lehrer_innen, Feldenkrais-Pädagog_innen, Musiktherapeut_innen, Ergotherapeut_innen und Vermittler_innen anderer ähnlicher Therapieformen.

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

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

Die ÖGfMM würde sich freuen, wenn Sie sich für eine Mitgliedschaft interessieren. Informationen und ein Beitrittsformular finden Sie auf der Homepage

www.oegfmm.at

ÖGfMM
Österreichische Gesellschaft für
Musik und Medizin

Teilnahmebescheinigung & Zertifizierung

Ihre Teilnahmebestätigung erhalten Sie im Tagungsbüro vor Ort.

Die Fortbildungspunkte für Ärztinnen und Ärzte (DFP-Punkte), für Physiotherapeut_innen und Physiotherapeuten (CPD-Punkte) und die Zertifizierung des Bundesverbandes Deutscher Gesangspädagog_innen sowie weitere Zertifizierungen des Symposiums sind zum Zeitpunkt der Drucklegung beantragt. Bitte erkundigen Sie sich im Tagungsbüro vor Ort oder per Email an oegfmm.at.

Hinweis: Einige Zertifizierungen erfordern eine tägliche Anwesenheitsbestätigung durch Unterschrift im Tagungsbüro!



BDG



Zeitplan

Die genauen Beginnzeiten der Vorträge und Workshops sind in der detaillierten Beitragsauflistung ab Seite 8 zu finden. **Bitte beachten Sie, dass Beiträge parallel stattfinden !**

Donnerstag, 11. April 2024

11:30 Uhr: Registrierung & Cookies
12:30 Uhr: Begrüßung & Musik
13:00 Uhr: Vorträge
14:00 Uhr: Workshops*
14:30 Uhr: Pause (Vorträge)
15:00 Uhr: Vorträge
15:45 Uhr: Workshops*
16:30 Uhr: Poster Spotlights
17:00 Uhr: Pause
17:15 Uhr: Roundtable
17:30 Uhr: Workshops*
18:15 Uhr: Pause
18:30 Uhr: Festakt Abt. Musikphysiologie
19:30 Uhr: Musik, Snacks & Drinks
20:30 Uhr: Poster Rendezvous
21:30 Uhr: Ende

Freitag, 12. April 2024

08:30 Uhr: Registrierung & Cookies
09:00 Uhr: Vorträge
09.15 Uhr: Workshops*
09.45 Uhr: Workshops*
09.45 Uhr: Vorträge parallel Bankettsaal
10.15 Uhr: Workshops*
10:45 Uhr: Pause (Vorträge)
11:15 Uhr: Vorträge
11.15 Uhr: Workshops*
11.45 Uhr: Workshops*
12.15 Uhr: Workshops*
12:45 Uhr: Lunch Break

14:00 Uhr: Vorträge
14.30 Uhr: Vorträge parallel (Seminar Links)
14.45 Uhr: Workshops*
15:30 Uhr: Pause (Vorträge)
15:45 Uhr: Workshops*
16:00 Uhr: Vorträge
17:00 Uhr: Workshops*
17:30 Uhr: Pause (Vorträge)
18:00 Uhr: Vorträge
18:15 Uhr: Workshops*
19:30 Uhr: Dinner
20:30 Uhr: Poster Rendezvous 1
21:00 Uhr: Jam Session & ÖGfMM Party
22:30 Uhr: Ende

Samstag, 13. April 2024

08:30 Uhr: Registrierung & Cookies
09:00 Uhr: Vorträge
10:00 Uhr: Roundtable
10:00 Uhr: Workshops*
11:00 Uhr: Pause (Vorträge)
11:00 Uhr: Workshops*
11:30 Uhr: Vorträge
12:00 Uhr: Workshops*
13:00 Uhr: Lunch
14:00 Uhr: Vorträge
14:45 Uhr: Workshops*
15:30 Uhr: Pause
16:00 Uhr: Vorträge
17:00 Uhr: Workshops*
17:45 Uhr: Verabschiedung
18:00 Uhr: Ende

* **Workshopteilnehmer_innen werden 10 Minuten vor Beginn des Beitrags in der Aula im Erdgeschoss abgeholt und zum Raum begleitet.**

Inhaltsverzeichnis – Beitragende alphabetisch

25	Agostinis	85	Königseder (WS Fokus)	120	Scheuchl
14	Bauer-Huppmann	100	Köppen	40	Schiffer
26	Bertsch	86	Kollenz	81	Schneider (Vortrag)
27	Bezold	112	Lang	111	Schneider (WS)
91	Biegl	70	Lee	104	Schwarz
23	Brandi	113	Leiner (Vortrag)	18	Siedenburg
51	Breaden Madden	129	Lesjak (WS)	99	Sixt
57	Brown	114	Lesjak	101	Skopal
121	Browne	15	Leutgeb	80	Snowdon
117	Büche (WS)	32	Losch	61	Spahn
97	Büche (Vortrag)	109	Lubert	89	Spangler
78	Campbell	33	Mantsch	93	Stieldorf
58	Cartwright	34	Margulies (Poster)	122	Stritt
131	Dalbauer-Stokkebæk	116	Margulies (WS)	95	Suppan
69	Daugvilaite	19	Mathy	22	Türk-Espitalier
49	Debus (Musik OP)	35	Mavriček	96	Tumler
60	Debus (Stiftung)	83	Melchert	52	Uggowitzer (WS)
107	Del Monte	48	Milek	72	Uggowitzer (Vortrag)
12	Draxler-Hutter	73	Mocker	64	Vogel (WS)
84	Echternach	65	Möller (Protokoll)	79	Vogel (Vortrag)
28	Fabian	66	Möller (Education)	41	Wang
106	Franek	92	Möller (WS)	42	Wehofer
20	Gabbe	63	Mölschl	105	Weninger
88	Graf	77	Moratelli (WS)	45	Woodard
115	Gugatschka	94	Moratelli (Vortrag)	43	Worschech
68	Hennenberg	67	Morscher (WS)	16	Zalpour
87	Hirner	110	Morscher (Vortrag)	56	Zeidler
55	Hirt	123	Musalek		
53	Hohagen	13	Nast		
71	Immerz	74	Niemand (WS)		
103	Jacobi	119	Niemand (Vortrag)		
29	Kala	36	Nusseck		
108	Kaniewska-Eröd	54	Paul		
75	Kapitza	128	Paulus		
125	Kapitza	37	Pawelec		
50	Karimi-Djafar-Zadeh	38	Peschka (Poster)		
127	Keßeler	62	Peschka (Vortrag)		
90	Klavacs (WS)	126	Podnar		
130	Klavacs (Vortrag)	24	Reuter		
30	Klein	124	Richter		
76	Klinke	118	Riebl		
98	Kölsch	21	Roitinger		
31	Königseder Poster	39	Roos		
59	Königseder (WS Sport)	47	Rosset-Llobet		
		82	Rudman		



ÖGfMM Symposium 2024
11. April – 13. April an der mdw
in Wien. Veranstaltet von der
Österreichischen Gesellschaft
für Musik und Medizin (ÖGfMM)
in Kooperation mit der Abteilung
Musikphysiologie (Inst. 13) an der
mdw – Universität für Musik und
darstellende Kunst Wien

Musizieren macht gesund*

* über Risiken und Nebenwirkungen informiert die ÖGfMM



15 Jahre ÖGfMM

7. Jahrestagung 2024 Symposium ‚BODY, MIND & MUSIC‘

ÖGfMM Symposium 2023 Innsbruck - Univ. Mozarteum - ‚Ready for Concert‘

ÖGfMM Symposium 2023 Linz - ABPU / Oö. LMSW - ‚Präsent und wohlgestimmt‘

6. Jahrestagung 2022 Symposium ‚LIVE IS LIFE‘ Graz

ÖGfMM Symposium 2019 ‚Hals- Schulter- und Nackenbeschwerden‘

ÖGfMM Symposium 2019 ‚Hören am Limit‘

5. Jahrestagung 2017 Symposium ‚Musik ± Leidenschaft‘

4. Jahrestagung 2015 Symposium ‚FIT ON STAGE – Rock, Pop, Jazz .. Xundheit‘

3. Jahrestagung 2013 Symposium ‚Gesund Musizieren im Orchester & als SolistIn‘

2. Jahrestagung 2011 Symposium ‚Musizieren als Höchstleistung‘

1. Jahrestagung 2010 Symposium ‚Die ÖGfMM stellt sich vor‘

Gründungsversammlung 2009



Gesund Musizieren