



Schweizerische Gesellschaft für Musik-Medizin

Schweizerische Gesellschaft für Musik-Medizin SMM

Association Suisse de Médecine pour Musiciens SMM

Associazione Svizzera di Medicina per Musicisti SMM

Violinspiel erleichtern

Ein Zürcher Forschungsprojekt liefert erste wissenschaftlich fundierte Ergebnisse zu individuell geeigneten Violinpositionen.

Horst Hildebrandt, Oliver Margulies, Marta Nemcova — Wer sowohl die Quellen zu den jahrhundertelangen Traditionen der Violinpädagogik als auch die musikmedizinischen Beiträge der letzten Jahrzehnte sichtet, wird Folgendes entdecken: Zu individuell geeigneten Instrumentenposition bzw. ergonomischen Hilfsmitteln (zum Beispiel Kinnhalter, Kissen und Schulterstützen) finden sich oft nur ungenaue oder widersprüchliche Empfehlungen.

Die vorhandenen Empfehlungen könnten unter anderem von den individuellen anatomischen Voraussetzungen derjenigen Schulbegründer geprägt sein, welche die Empfehlungen formuliert haben. Erst ab den 1970er Jahren wurde die enorme Bandbreite individueller anatomischer Eigenschaften systematisch erforscht, welche an Musikinstrumen-

ten erleichternd oder limitierend erfahren werden. Das für diese Forschung massgebliche Handlabor wurde von seinem Begründer Christoph Wagner 2009 an die Zürcher Hochschule der Künste übergeben und von dem Autoren-Team dieses Beitrages weiter

ausgebaut (www.zzm.ch). Angesichts besorgniserregender Beschwerdezahlen bei hohen Streicherinnen und Streichern sowie zunehm-

der Nachfrage nach musikphysiologischen Hilfestellungen für den Unterrichtsalltag liefert ein an der Zürcher Hochschule der Künste jüngst abgeschlossenes, vom Schweizerischen Nationalfonds, der Ernst Göhner Stiftung und dem Schweizerischen Hochschulzentrum für Musikphysiologie (www.shzm.ch) gefördertes Forschungsprojekt erste wissenschaftlich fundierte Ergebnisse zu individuell geeigneten Violinpositionen.

Weitere Kooperationspartner waren Barbara Köhler (Zürcher Hochschule für Angewandte Wissenschaften) und Matthias Nübling (Gesellschaft für Empirische Beratung).

Die Querschnittstudie *Objective Criteria for the Individual Selection of a Physiologically Advantageous Violin Position* untersuchte über den Zeitraum von mehreren Jahren, wie Instrumentenposition, Muskelspannung und Anstrengungsgefühl im linken Arm zusammenhängen. Weiterhin wurden Daten zu individuellen, biomechanischen und muskulären Hand- und Armeigenschaften erhoben.

Eine Vorstudie an Musikschule Konservatorium Zürich mit 24 Schülern und Schülerin-nen unterschiedlicher Spiel- und Altersstufen legte die Grundlage für die anschliessend unter Laborbedingungen bei 15 Geigern und 15 Geigerinnen erfolgte Datenerhebung beim Spielen einer vor-gegebenen Tonfolge in vier standardi-

sierten Violinpositionen. Zusätzlich wurden Vergleichsdaten beim Spielen mit der gewohnten Position und ergonomischen Einrichtung gesammelt. Die standardisierten Violinpositionen wurden ohne Kinnhalter und Schulterstütze getestet, um eine objektive, vergleichende Analyse zu ermöglichen und Spieltraditionen der historischen Aufführungspraxis einbeziehen zu können.

Erste Auswertungen der verschiedenen Phasen des Forschungsprojektes zeigen, dass sich geschlechtsübergreifend klare Unterschiede zwischen den verschiedenen Instrumentenpositionen bezüglich der objektiven Muskelaktivität und beim subjektiven Anstrengungsgefühl messen lassen.

Auf Grundlage der Studienergebnisse wurde zudem ein laborunabhängig anwendbares Testverfahren für den Unterrichts-Alltag aller Ausbildungsstufen entwickelt. Im Rahmen eines Workshops für die European String Teachers' Association ESTA wurde dieses Verfahren bereits vorgestellt. Die dargestellten Ergebnisse und Testverfahren erlauben es, für das Spiel auf hohen Streichinstrumenten im Berufsalltag physiologisch fundierte Empfehlungen bzgl. ergonomischer Optimierungen zu geben. Weiterhin erleichtern sie die Prävention und Therapie von tätigkeitsspezifischen gesundheitlichen Problemen.

Inspiziert durch die gewonnenen Ergebnisse konnte in Zusammenarbeit mit der Firma Wittner ein Kinnhaltermodell mit dem Namen *Wittner* entwickelt werden,

welches durch diverse Höheneinstellungen eine individuelle Anpassung an die individuellen Bedürfnisse und verschiedene Kopfpositionen auch während des Spielens in Sinne einer Ermüdungsprophylaxe erlaubt. (www.wittner-gmbh.de/neuheiten.html)



Bild: QV/ZZM

Präsidentin / Présidente
Martina Berchtold-Neumann

Anlauf- und Beratungsstelle für Musikermedizin / Service d'information de la Médecine pour Musiciens
Dr. med. Peter Schönenberger
T 079 881 6330
beratung@musik-medizin.ch

Sekretariat / Secrétariat
Romy Dübener
Holzmätteliweg 1, 3626 Hünibach
T 032 636 17 71
sekretariat@musik-medizin.ch

www.musik-medizin.ch

Die Schweizerische Interpretenstiftung (SIS)



Schweizerische Interpretenstiftung

ist 1988 von der Schweizerischen Interpretengenossenschaft (SIG) gegründet worden und wird seit 1993 regelmässig aus dem Abzug für kulturelle und soziale Zwecke der Swissperform (Ausübende Phono und Audiovision) gespiesen.

Die SIS unterstützt Live-Darbietungen, gesundheitsfördernde und präventive Projekte, gewährt Rechtsschutz bei Berufsunfällen und -krankheiten und hilft bei sozialen Härtefällen sowie Umschulungen auf Grund gesundheitlicher Probleme.

Kontakt und weitere Informationen: www.interpretenstiftung.ch

Interdisziplinäre Musikersprechstunden

In Bern, Basel, Genf, Locarno, Luzern und Zürich stehen interdisziplinäre Musikersprechstunden zur Verfügung. Sie sind eingebettet in ein Netzwerk von medizinischen und therapeutischen Spezialisten unterschiedlicher Fachrichtungen. Informationen zu den Musikersprechstunden erhalten Sie in unserem Sekretariat unter: sekretariat@musik-medizin.ch