



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

Ressourcenorientierung im Musikeralltag

Das 17. SMM/SIS-Symposium steht am 2. November 2019 in Basel im Zeichen der Prävention.

SMM — Prävention und Gesundheitsförderung im Musikerberuf sind zentrale Ziele der Schweizerischen Gesellschaft für Musik-Medizin. Ins Thema einführen werden in den Räumen der Basler Musikakademie eine Hornklasse und ein Referat von Peter Knodt, der als Dozent für Fachdidaktik Trompete an der Fachhochschule Nordwestschweiz (FHNW) amtiert. Knodt hat Absolventinnen, Absolventen und das Lehrenden-Team des Fachs Horn zum Thema befragt und sieht Interinstitutionelle Kooperationen, geeignete individuelle Kompetenzprofile und gemeinsame künstlerisch-pädagogische Grundüberzeugungen als wichtige Faktoren für Gesundheit und nachhaltige Zufriedenheit im Berufsalltag.

Knodts Erörterungen ergänzt Horst Hildebrandt, Leiter des Schweizerischen Hochschulzentrums für Musikphysiologie, mit Überlegungen zu Selbsthilfekonzepten, die für Vorbeugung und Therapie eine entscheidende Rolle spielen. Er wird aufzeigen, wie hilfreich eine Mischung aus Wahrnehmungsschulung, Tonusregulation, Kraftaufbau, Bewegungs-, Atmungs- und Haltungsschulung sein kann – ergänzt um Techniken der Schnellregeneration sowie der Muskel- und Faszienpflege.

Der Rheinfeldener Psychiater Andreas Schmid zeigt am Symposium, wo Berufsmusikerinnen und -musiker Kraft und Erholung finden, wenn sie an Grenzen stossen. Er erörtert die Quellen der Resilienz, die verhindern, dass es zu Kreativitätskrisen, Erschöpfung oder gar zu psychischen Krankheiten kommt. Sein Vortrag schlägt den Bogen von allgemeinen Prinzipien der Resilienz hin zu deren praktischen Bedeutung im Musikeralltag.



Impressionen vom letztjährigen SMM-SIS-Symposium in Luzern.

Foto: SMM

Der Zürcher Musikphysiologe Oliver Margulies stellt Konzepte für die Verankerung eines musikphysiologischen Angebotes an Musikausbildungsstätten vor. Sie gehen auf das von Horst Hildebrandt in den 1990er-Jahren an der deutschen Musikschule Lahr entwickelte Pilotprojekt «Musikphysiologische Beratung» zurück. Aus ihm entwickelten sich unter anderem die heute bestehenden musikphysiologischen Lehr- und Beratungsangebote an den Musikhochschulen Zürich und Basel. Der Vortrag gibt Einblick in zwei seit 2010 vom Margulies betreute Projekte am Vorarlberger Landeskonservatorium und an der Musikschule Konservatorium Zürich. Dazu gehören Einzelberatung für Lehrkräfte und deren Studierende, Lehrerfortbildungen, Bühnentrainings, Begabtenförderung, Zugang zu Forschungsprojekten und spezialisierte Beratungen an der ZHdK.

Elke Hofmann ist Beauftragte für Digitalisierung und Dozentin für Gehörbildung an der Basler Musikhochschule. Sie macht sich Überlegungen zum digitalen Wandel, der Informationen jederzeit und überall verfügbar macht. Die sich rasant verändernden neuen Technologien erfordern zusätzliche Verfügbarkeiten, Flexibilität und

Kommunikativität und stellen damit auch Anforderungen, die als belastend empfunden werden können.

Wer am Symposium teilnimmt, kann sich zusätzlich zu den Referaten in zwei Workshops weiterbilden. Der eine steht unter dem Motto «Wer bewegt – gewinnt: Physische Ressourcen optimal nutzen mit FBL Functional Kinetics». Die Musik- und Bewegungsphysiologin Irene Spirgi Gantert zeigt dabei auf, wie physische und psychosoziale Ressourcen in engen Wechselbeziehungen zueinander stehen. Eine Stärkung der physischen Ressourcen beinhaltet sowohl Geschicklichkeits- als auch Beweglichkeits-, Ausdauer- und Kraftübungen.

Der zweite Workshop widmet sich der «Freude am musikalischen Ausdruck - Dispokineses für Musiker». Die Flötistin Karoline Renner zeigt auf, wie die Methode Lösungswege unter anderem bei Schmerzen, Atemproblemen, mangelndem Erfolg beim Üben und Auftrittsängsten anbietet. Ziel ist die Verbesserung der eigenen instrumentalischen und künstlerischen Fähigkeiten. Der Workshop vermittelt einen ersten Eindruck, welche Zusammenhänge zwischen körperlicher und mentaler Haltung bestehen und wie sich durch Selbstbeobachtung Selbstwertgefühl entwickeln kann.

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
Burghaldenstr.11A,
3653 Oberhofen, T 032 636 17 71
sekretariat@musik-medizin.ch

www.musik-medizin.ch



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