

Schweizerisches Hochschul-Zentrum für Musikphysiologie

Kontakt: www.shzm.ch

Jahresbericht 2019 / 2020 und Newsletter August 2020

Das in Kooperation mit der Universität Lausanne konzipierte SNF-Forschungsprojekt „Music performance anxiety from the challenge and threat perspective: psychophysiological and performance outcomes“ wurde im Herbst 2019 begonnen und läuft nach einer pandemiebedingten Unterbrechung im Herbst 2020 weiter. Im Zentrum stehen die lampenfieberassoziierten Veränderungen bzgl. Stress, Kognition, Emotion und physiologische Parameter (Stresshormonpegel, Atmung und Herz-Kreislauffunktionen). Diese werden zu qualitativen Parametern der Aufführungsqualität bei solistischen Auftritten vor Publikum in Beziehung gesetzt. Dadurch soll ein weiterer Beitrag zur Prophylaxe von Auftrittsängsten und zu einem konstruktiven Umgang mit übermässigem Lampenfieber geleistet werden.

Das neu vom SNF bewilligte Forschungsprojekt „The Influence of an Instrument's Dimensions, String Length-dependent Finger Spacing and Position on Muscle Activity and Perceived Effort in Viola Playing“ wird nach einer pandemiebedingten Verzögerung der im Handlabor notwendigen Vorarbeiten im nächsten Schuljahr beginnen. Das anwendungsorientierte Forschungsprojekt erfasst insbesondere objektive physiologische Grundlagen wie Biomechanik, Reichweiten von Fingern und Arm sowie Muskelaktivitäten als Kriterien auf dem Weg zu einer individuell geeigneten Violaposition und Viola-Mensur. Weiterhin ermöglicht es die Entwicklung ergonomischer Lösungen für das Violaspiel auf der Basis objektiver Daten zum Einfluss von Griffmensur, Instrumentengrösse- und -position auf das objektive und subjektive muskuläre Anstrengungsgefühl. Das Projekt soll die fachdidaktische Weiterentwicklung und Prävention von Spielproblemen fördern und die Betreuung von Viola-Spielenden aller Altersstufen in Pädagogik Prävention und Therapie erleichtern.

Kurz vor seinem Abschluss steht das Forschungsprojekt „Neurofeedback-Training für Aufmerksamkeit und Konzentration bei Musikstudierenden“, in dessen Rahmen Musikstudierende nach einer vorherigen EEG-Analyse über mehrere Monate hinweg mit mobilen Neurofeedback-Geräten berufsrelevante Aufmerksamkeitszustände trainiert haben. Sie wurden vor und nach dem jeweiligen Trainingsblock mittels psychometrischer Skalen und EEG vergleichend untersucht. Ziel des Trainings ist, verschiedene Levels von Konzentration bewusst und je nach äußerer Anforderung gezielt ansteuern und bei Bedarf geräteunabhängig hervorrufen zu können.

Das von Dozierenden mehrerer Musikhochschulen gemeinsam gestaltete Weiterbildungsstudium Musikphysiologie an der Zürcher Hochschule der Künste ZHdK hat einen weiteren Jahrgang von 8 Weiterbildungsstudierenden

aufgenommen. Genauere Informationen zu den Zertifikatslehrgängen CAS, DAS und dem Master of Advanced Studies (MAS) finden sich auf der Homepage unter der Rubrik Links.

Drei Diploma of Advanced Studies (DAS) und zwei Master of Advanced Studies (MAS) in Musikphysiologie werden durch die pandemiebedingten Verschiebungen erst im nächsten Schuljahr abgeschlossen werden.

Die bisherigen AbsolventInnen des Weiterbildungsstudiums Musikphysiologie (ab dem Level DAS) haben bisher schweizweit über 420 Fortbildungskurse an Musikinstitutionen gegeben. Seit 2013 gestalten sie auch die Dozierenden-Fortbildungen an Musikschule Konservatorium Zürich MKZ inkl. einer der Lehrer- und Schülerschaft zugänglichen individuellen Beratungsoption.

Die seit 14 Jahren laufenden musikphysiologischen Weiterbildungsveranstaltungen, welche die schweizerischen Musikhochschulen mit Hilfe des SHZM ausschreiben können, gehen weiter. Zusätzlich zu ihren eigenen musikphysiologischen Angeboten können die jeweiligen Hochschulen auch zu mehr als 15 vom SHZM vorgeschlagenen Themen mehrsprachige Veranstaltungen durchführen. Informationen dazu finden sich auf der Homepage unter der Rubrik Aktuelles/Veranstaltungen.

Das vor 11 Jahren vom SHZM begonnene Projekt zum Konditionsaufbau bei Musikstudierenden an den schweizerischen Musikhochschulen läuft weiter. In Abstimmung auf die Universitätssportangebote findet die Einführung durch Christoph Mohler in den jeweiligen Musikhochschulen selbst statt. Darüber hinaus besteht bei ihm die Möglichkeit zu einem kostenlosen individuellen Fitness-Check mit Übungsvorschlägen und einer Verlaufskontrolle nach mehreren Monaten. Bisher nicht beteiligte Hochschulen können sich jederzeit zur Teilnahme melden. (Kontaktaufnahme über Horst Hildebrandt, s. Homepage).

Der Flyer zum SHZM kann nach wie vor auf Deutsch, Französisch und Englisch von der Homepage unter der Rubrik Downloads heruntergeladen und ausgedruckt werden.

Wichtige Projekte mit Beteiligung des SHZM wurden in der vergangenen Saison bei Fortbildungen und Kongressen in Basel, Bottmingen, Luzern, Prag, Wettingen und Zürich vorgestellt. Schriftliche Beiträge wurden beim Staccato-Verlag sowie in den Zeitschriften *promanu* und *Psychology & Health* publiziert.

Horst Hildebrandt, Johanna Gutzwiller und Irene Spirgi für das Koordinationsteam des SHZM im August 2020