

Schweizerisches Hochschul-Zentrum für Musikphysiologie

Kontakt: www.shzm.ch

Jahresbericht 2020 / 2021 und Newsletter August 2021

Das SHZM war Kooperationspartner beim internationalen Online-Symposium „Art in Motion“ am 4. und 5. Juni 2021 in München. Neben Präsentationen und Workshops standen unter dem Stichwort „**Rhythm**“ diverse Forschungsergebnisse aus Musik, Tanz und Sport in den Kontexten Bewegung, Koordination, Präzision, Lernen, Training und deren Lebenszyklen im Fokus. Der Flyer findet sich auf unserer Homepage unter der Rubrik [Aktuelles/Veranstaltungen](#).

Das von Dozierenden mehrerer Musikhochschulen gemeinsam gestaltete Weiterbildungsstudium Musikphysiologie an der Zürcher Hochschule der Künste ZHdK hat einen weiteren Jahrgang von 9 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](#).

Im vergangenen Studienjahr hat Gail Schwarz (Blockflöte, Wien) ihren Master of Advanced Studies (MAS) in Musikphysiologie abgeschlossen. Masterprojekt und Abschlussdokumentation bezogen sich auf die erfolgreiche Verankerung des Faches Performance Training nach schweizerischem Vorbild in die Begabten-Förderprogramme am Vorarlberger Landeskonservatorium in Feldkirch.

Fünf Diploma of Advanced Studies (DAS) in Musikphysiologie wurden im vergangenen Schuljahr abgeschlossen von:

- Mischa Greull (Horn, Uitikon)
- Elisabeth Hofer (Klavier, St. Gallen)
- Lina Schwob (Klavier, Zürich)
- Renate Steinmann (Violine, Uitikon)
- Monika Quinn (Klavier, Warschau)

Die seit 15 Jahren laufenden musikphysiologischen Weiterbildungsveranstaltungen, welche die schweizerischen Musikhochschulen mit Hilfe des SHZM ausschreiben können, laufen 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 12 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).

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 trainierten, konnte erfolgreich abgeschlossen werden. Dabei wurden durch das Neurofeedback-Training bedingte Verbesserungen des Konzentrationsgefühls beim Üben und bei einigen Aspekten des Auftritts festgestellt. Eine Publikation der Ergebnisse und Fortsetzungsprojekte sind in Vorbereitung.

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. Die erste Messphase konnte nach einer pandemiebedingten Unterbrechung mit 121 Studierenden Ende Juni 2021 abgeschlossen werden. Im Zentrum stehen die lampenfieberassoziierten Veränderungen bzgl. Stress, Kognition, Emotion und physiologische Parameter (Stresshormonpegel, Herz-Kreislauffunktionen und Atmung). Diese werden zu qualitativen Parametern der Aufführungsqualität bei solistischen Auftritten in Beziehung gesetzt. Dadurch soll ein weiterer Beitrag zur Prophylaxe von Auftrittsängsten und zu einem konstruktiven Umgang mit übermässigem Lampenfieber geleistet werden. Eine Besonderheit des Studiensettings besteht in der parallel zu den physiologischen Messungen durchgeführten systematischen Beurteilung der Aufführungsqualität durch ein ExpertInnen-gremium.

Das SNF-Forschungsprojekt „The Influence of an Instrument’s Dimensions, String Length-dependent Finger Spacing and Position on Muscle Activity and Perceived Effort in Viola Playing“ konnte im März 2021 nach pandemiebedingten Verzögerungen begonnen werden. Als anwendungsorientiertes Forschungsprojekt erfasst es insbesondere objektive physiologische Grundlagen wie Biomechanik, Reichweiten von Fingern und Arm sowie Muskelaktivitäten im Sinne einer individuell geeignete 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.

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 Hildesheim, Muttenz und München vorgestellt. Schriftliche Beiträge wurden in den Zeitschriften

Frontiers in Psychology

<https://www.frontiersin.org/articles/10.3389/fpsyg.2020.585875/full>

und

BMC Psychology

<https://doi.org/10.1186/s40359-020-00448-8>

publiziert.

Horst Hildebrandt, Johanna Gutzwiller und Irene Spirgi für das Koordinationsteam des SHZM im August 2021