



Schweizerische Interpretenstiftung



Schweizerische Gesellschaft
für Musik-Medizin

15. Symposium und 20 Jahre SMM

Schweizerische Gesellschaft
für Musik-Medizin SMM
und
Schweizerische Interpretenstiftung SIS

In Zusammenarbeit:

Zürcher Hochschule der Künste ZHdK
Schweizerischer Musikpädagogischer Verband SMPV
Verband Musikschulen Schweiz VMS
Kalaidos Musikhochschule

Mentales Training für Musiker Interdisziplinäre Impulse

**Samstag, 28. Oktober 2017 im grossen Konzertsaal
10.00 – 17.00 Uhr**

Zürcher Hochschule der Künste ZHdK
Pfingstweidstrasse 96, 8031 Zürich, Toni-Areal

Vorwort

Das diesjährige 15. Symposium zum 20 jährigen Jubiläum der SMM widmet sich dem Thema **«Mentales Training für Musiker – interdisziplinäre Impulse.»** Sicher können Sie sich an Situationen in Ihrem Leben erinnern, in denen ihre Leistungsfähigkeit aufgrund ihres mentalen Zustandes beeinträchtigt war. Mentales Training ermöglicht die Entwicklung vieler Fähigkeiten, um als Musiker seinen Arbeitsalltag erfolgreich zu gestalten. Besonders der Hochleistungssport ist heute ohne dieses Training nicht mehr vorstellbar. Welchen Stellenwert hat das mentale Training im Musikerbereich, was können wir von den Nachbarwissenschaften, wie etwa der Sportpsychologie lernen und wie sehen die dazu nötigen neurologischen Grundlagen aus?

Auf diese und weitere Fragen wird im Symposium eingegangen. Ausgewiesene Fachpersonen aus dem In- und Ausland werden über die neuesten Studien und Erkenntnisse aus der Wissenschaft informieren und aus den medizinischen und psychologischen Fachgebieten Anregungen und Antworten auf Ihre Fragen geben. In den Workshops gibt es dann die Möglichkeit, anhand von Übungen praktisch zu erfahren, wie individuelle Lösungswege aussehen können.

Das Symposium richtet sich an Berufs- und Amateurmusiker/innen aller Musiksparten, Studierende und Fachleute aus den Bereichen Instrumentalmusik, Gesang, Dirigieren, Orchester, Musikpädagogik, Instrumentenbau, Medizin, Therapie, u.a.

Die Schweizerische Gesellschaft für Musik-Medizin (SMM) beschäftigt sich mit berufsspezifischen Erkrankungen bei Musikern sowie deren Therapie und fördert die interdisziplinäre Zusammenarbeit zwischen Ärzten, Psychologen und Therapeuten. Ein besonderes Anliegen ist der SMM die Prävention und Gesundheitsförderung im Musikerberuf.

Die SMM führt eine **gesamtschweizerische Anlauf- und Beratungsstelle für Musikermedizin** mit dem Ziel, den Betroffenen bestmögliche Hilfe aus den verschiedensten Fachgebieten der Schul- und Komplementärmedizin anzubieten und den Präventionsgedanken bei den Musikern zu fördern.

Die Schweizerische Interpretenstiftung (SIS) wurde 1988 von der Schweizerischen Interpretengenossenschaft (SIG) gegründet 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, aufgrund gesundheitlicher Probleme.

Ich wünsche allen Teilnehmenden einen mental anregenden Tag in Zürich.
Martina Berchtold-Neumann, Präsidentin SMM

Programm

- 09.15 Türöffnung
- 10.00 **Musikalische Eröffnung** mit Studierenden der ZHdK und Intermezzo
20 Jahre SMM
- 10.20 **Begrüssung**
Professor Michael Eidenbenz, Direktor ZHdK, Bereich Musik
Esther Roth, Präsidentin SIS
- 10.30 **«Musikergesundheit – Rückblick / Ausblick und Mentale Trainingskonzepte»**
Prof. Dr.med. Horst Hildebrandt
- 11.15 **Pause**
- 11.30 **«Machen Sie doch was Sie wollen – Selbstmanagement im Musikleben»**
Dr. Maja Storch
- 12.15 **Diskussion**
- 12.30 **Mittagspause**
- 14.15 **Workshop 1**
«Krafftutter für Musiker – mit Motto-Zielen souverän im Alltag»
Dr.med. Giovanna Eilers
- Workshop 2**
«Ein Konzert gibt man selten allein - hypnosystemische Ermutigungen für vielsaitige und -tönende MusikerInnen!»
Dr. Reinhold Bartl
- 15.15 **Pause**
- 15.30 **«Ode an die Freude»: Hypnosystemische Perspektiven zum Aufbau und Erhalt eigener Stimmigkeit**
Dr. Reinhold Bartl
- 16.15 **Neurologische Grundlagen musikalischer Prozesse**
Prof. Dr. Markus Weber
- 16.50 **Diskussion**
- 17.00 **Apéro**

Referentinnen und Referenten

Dr. Reinhold Bartl, Mentalcoach, Psychotherapeut
Leiter des Milton Erickson Instituts Innsbruck (A)

Dr. med. Giovanna Eilers
Ärztin für Innere Medizin und Diabetologie, ZRM-Trainerin
PRB-Coach IPSIS, Berlin (D)

Prof. Dr. med. Dipl. Mus. Horst Hildebrandt
Schweizerisches Hochschulzentrum für Musikphysiologie SHZM
Zürcher Hochschule der Künste und Musikhochschulen FHNW

Dr. Maja Storch
Leiterin Institut für Selbstmanagement und Motivation, ISMZ, Zürich,
Organistin in Ausbildung

Prof. Dr. Markus Weber, Neurologe
Zentrumsleiter Muskelzentrum/ALS Clinic
Kantonsspital St. Gallen

Leitung und Moderation
Martina Berchtold-Neumann
Diplompsychologin, FSP und Präsidentin SMM, Stein am Rhein

Sekretariat
Schweizerische Gesellschaft für Musik-Medizin SMM
Holzmätteliweg 1, 3626 Hünibach
Telefon: 032 636 17 71
E-Mail: sekretariat@musik-medizin.ch
www.musik-medizin.ch

Anmeldung zum 15. Symposium und 20 Jahre SMM
Samstag, 28. Oktober 2017, 10.00 – 17.00 Uhr
mit Workshop-Angabe 1 oder 2

Name / Vorname: _____

Strasse: _____

PLZ/Ort: _____

Telefon: _____

E-Mail: _____

Beruf: _____

Ich nehme an folgendem Workshop teil:

- 1** „Krafftutter für Musiker – mit Mottozielen souverän im Alltag“
Dr. med. Giovanna Eilers, Berlin

- 2** „Ein Konzert gibt man selten allein-hyposystemische Ermutigungen
für vielsaitige und – tönende MusikerInnen!“
Dr. Reinhold Bartl, Innsbruck

Teilnahmegebühr Symposium:

- Nichtmitglieder: CHF 80.–
- Mitglieder SMM: zum 20-jährigen Jubiläum offeriert
- Studierende im Erststudium: freier Eintritt

Bezahlung an der Tageskasse

Anmeldung bis 15. Oktober 2017 an:

Sekretariat Schweizerische Gesellschaft für Musik-Medizin
Holzmätteliweg 1, CH-3626 Hünibach Tel. 032 636 17 71
sekretariat@musik-medizin.ch

oder elektronisch unter: www.musik-medizin.ch