Zeitschrift: Physioactive

Herausgeber: Physioswiss / Schweizer Physiotherapie Verband

Band: 46 (2010)

Heft: 2

Artikel: Die therapeutische Schulung des Musikers = L'éducation thérapeutique du musicien

Autor: Hauser-Mottier, Aude

DOI: https://doi.org/10.5169/seals-928740

Nutzungsbedingungen

Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften auf E-Periodica. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Zeitschriften und ist nicht verantwortlich für deren Inhalte. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern beziehungsweise den externen Rechteinhabern. Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen sowie auf Social Media-Kanälen oder Webseiten ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. Mehr erfahren

Conditions d'utilisation

L'ETH Library est le fournisseur des revues numérisées. Elle ne détient aucun droit d'auteur sur les revues et n'est pas responsable de leur contenu. En règle générale, les droits sont détenus par les éditeurs ou les détenteurs de droits externes. La reproduction d'images dans des publications imprimées ou en ligne ainsi que sur des canaux de médias sociaux ou des sites web n'est autorisée qu'avec l'accord préalable des détenteurs des droits. En savoir plus

Terms of use

The ETH Library is the provider of the digitised journals. It does not own any copyrights to the journals and is not responsible for their content. The rights usually lie with the publishers or the external rights holders. Publishing images in print and online publications, as well as on social media channels or websites, is only permitted with the prior consent of the rights holders. Find out more

Download PDF: 11.07.2025

ETH-Bibliothek Zürich, E-Periodica, https://www.e-periodica.ch

Die therapeutische Schulung des Musikers

L'éducation thérapeutique du musicien

AUDE HAUSER-MOTTIER

Therapie, Prävention und Gesundheitsförderung für Musiker – mit dieser Spezialisierung hat sich eine Genfer Physiotherapeutin einen neuen Bereich erschlossen: Sie schult MusikerInnen am Konservatorium sowie in der eigenen Praxis und hat mit Artitude eine eigene Methode entwickelt.

Thérapie, prévention et promotion de la santé pour les musiciens – c'est avec ces spécialisations qu'une physiothérapeute genevoise a développé un nouveau domaine d'activité: elle enseigne le geste juste aux musiciens, aussi bien au Conservatoire que dans son cabinet; et elle a développé sa propre méthode, Artitude.

Als Physiotherapeutin, Musikerin und Psychotherapeutin hat sich mir ganz selbstverständlich der Wunsch aufgedrängt, mein physiotherapeutisches, musikalisches und psychologisches Wissen für die Musiker zu nutzen.

Musiker leiden an genau umschriebenen Pathologien, die in Bezug stehen zu ihrer Körperhaltung am Instrument, zur hohen Anzahl Stunden, die in relativ statischer Position zugebracht werden, und zum durch den Konkurrenzdruck verursachten Stress.

Artitude, die von mir entwickelte Methode, besteht in einem ersten Schritt aus einer gezielten Gymnastik, die sich aus einfachen, leicht umzusetzenden und speziell auf Musiker ausgerichteten Übungen zusammensetzt und ihnen ermöglicht, schlechte Körperhaltungen zu vermeiden oder diese zu korrigieren. In einem zweiten Schritt findet die Arbeit am Instrument statt. Der Musiker, der sich seiner Muskulatur bewusst geworden ist, findet beim Spiel eine Bewegungsfreiheit, die wiederum eine schöne Klangfülle garantiert.

Die Arbeit mit dem Musiker in der Physiotherapie-Praxis

Die therapeutische Schulung des Musikers kann in Einzel- oder Gruppensitzungen erfolgen; sie ist sowohl als Prävention als auch als Behandlung wirksam. Wenn der Musiker an einer bereits diagnostizierten Erkrankung leidet, werden die Behandlungskosten von den Krankenkassen übernommen. Leider werden die Kurskosten jedoch nicht zurückerstattet, wenn es sich um eine Präventivmassnahme handelt. Es ist statistisch nachgewiesen, dass 60 Prozent der Berufsmusiker

Physiothérapeute, musicienne et psychothérapeute, l'intérêt de combiner ces trois domaines dans leurs aspects physiques, musicaux et psychologiques afin d'en faire profiter les musiciens, s'est imposé à moi naturellement.

Les musiciens souffrent de pathologies précises qui sont en rapport avec la posture à l'instrument, le très important nombre d'heures passées en position relativement statique et le stress élevé de la concurrence.

Dans un premier temps, *Artitude,* la méthode que j'ai mise au point offre aux musiciens une gymnastique d'entretien comportant des exercices simples, faciles à réaliser et précisément ciblés qui leur permettent d'éviter les mauvaises postures ou de les corriger. Par la suite, le travail se fait à l'instrument, de manière à ce que le musicien qui a pris conscience de sa musculature trouve une liberté de mouvement garantissant une belle sonorité.

Le travail avec le musicien dans le cabinet

Cette éducation thérapeutique se fait soit en séances individuelles, soit en groupe; elle est efficace autant comme prévention que comme traitement. Si les musiciens souffrent d'une pathologie déjà diagnostiquée, les traitements sont pris en charge par les caisses maladie. En revanche, ce qui est regrettable, c'est que ces cours ne soient pas remboursés pour assurer la prévention. Alors que les statistiques montrent que 60% des musiciens professionnels souffrent de problèmes liés au jeu instrumental [1], il semblerait possible

an Problemen leiden, die in Zusammenhang mit dem Spielen ihres Instruments stehen [1]. Es scheint mir möglich, diese Zahl durch eine gute Haltungsschulung und Muskelentspannung und -stärkung um mindestens 40 Prozent zu reduzieren.

Solche Kurse auf die Beine zu stellen verlangt ein beträchtliches Mass an persönlichem Einsatz, was eine entsprechende Motivation voraussetzt – eine Motivation, die ich umso eher finde, als ich selbst Musikerin bin. Als Therapeutin von Musikern muss man in der Zeitplanung sehr flexibel sein und fast zu jeder Tageszeit Termine anbieten können, weil Musiker an jedem Tag der Woche und zu unregelmässigen Zeiten Verpflichtungen wie Proben, Konzerte oder Unterricht haben. Ausserdem braucht es einigermassen grosse Räumlichkeiten, die gut schallgedämpft sind.

Äusserst bereichernd, aber nicht lukrativ

Der Zweig der Musik-Physiotherapie ist zwar äusserst interessant, doch nicht wirklich lukrativ. Tatsächlich erfordert es eine ständige Weiterbildung, um jedes Instrument, die zugehörige Körperhaltung und die möglichen Probleme genau zu kennen.

Die Zeit, die der Therapeut mit dem Patienten am Instrument verbringt, um ein muskuläres Gleichgewicht herzustellen und einzuüben, ist sehr bereichernd: Es ist eine aussergewöhnliche Erfahrung, die objektiven Grundlagen von Körper und Bewegung im musikalischen Spiel zu unterrichten und sie mit den subjektiven Elementen des Musikers, seinen Gefühlen und seiner Intuition, zu verbinden – und damit eine besondere musikalische Qualität zu ermöglichen. Dabei kann man die Zeit nicht zählen und darf nicht daran denken, dass es wie eine «gewöhnliche» physiotherapeutische Behandlung abgerechnet wird.

Die Weiterbildung von Musikern und Physiotherapeuten

Zur «therapeutischen Schulung des Musikers» halte ich auch Weiterbildungen für Professoren von den verschiedenen Konservatorien der französischen Schweiz. Seit zwei Jahren hat das Musikkonservatorium von Genf ausserdem einen Kurs von zwei Stunden pro Woche für professionelle Klassen eingerichtet, für welchen ich verantwortlich bin. Dies ist ein spektakulärer Fortschritt in der Ausbildung der Musiker. Die Studenten erhalten damit eine Schulung, die für die zukünftige Entwicklung ihrer Karriere entscheidend sein kann.

Die Probleme von Musikern sind im Hinblick auf den Wettbewerbsstress und die Forderung nach Virtuosität gestiegen. Dies hat mich dazu veranlasst, eine Weiterbildung zu entwickeln, die sowohl für professionelle Musiker als auch für Physiotherapeuten, die sich für das Thema interessieren, bestimmt ist: Das Diplom *Artitude,* das auf wissenschaftlichen, physikalischen und psychologischen Aspekten künstlerischer

de diminuer ce pourcentage d'au moins 40 % avec une bonne éducation posturale faite de souplesse et de soutien musculaires.

La mise sur pied de tels cours demande une implication personnelle considérable pour laquelle il faut être motivé, motivation que l'on accepte d'autant mieux quand on est soi-même musicien. Il faut une grande disponibilité, une souplesse dans les horaires, car les musiciens ont des répétitions, des concerts et de l'enseignement à des heures irrégulières, tous les jours de la semaine; il faut également des locaux spacieux et assez bien insonorisés.

Aude Hauser-Mottier bei der Arbeit mit dem Solo-Geiger des *Orchestre de la Suisse Romande,* Abdel-Hamid El Shwekh. I Aude Hauser-Mottier au travail avec Abdel-Hamid El Shwekh, violon solo à l'*Orchestre de la Suisse Romande.*

Travail passionnant, mais pas lucratif

Si cette branche de la physiothérapie est passionnante, elle n'est pourtant pas vraiment lucrative. Cette discipline demande des formations continues très diverses pour acquérir une bonne connaissance de la posture pour chaque instrument et pour connaître les problèmes spécifiques.

Le temps que le physiothérapeute passe entre équilibrage musculaire et rééducation à l'instrument pour arriver au plaisir d'une belle sonorité est un investissement majeur: enseigner les données objectives du jeu musical, corps et mouvements, et les associer aux éléments subjectifs du musicien, à son ressenti et son intuition, pour permettre la qualité ineffable de la musique est une expérience lumineuse pour laquelle il ne faut pas compter son temps... pour des tarifs identiques à ceux des traitements les plus basiques.

Praktiken aufbaut. Dieser Kursus umfasst acht Samstage des Schuljahres, von September bis Mai, und wird durch eine schriftliche Arbeit über ein praktisches Thema abgeschlossen. Bereits die fünfte Gruppe beendet diesen Kurs im Mai 2010, was den Bedarf einer solchen Weiterbildung sowohl für die Musiker als auch für die Behandelnden beweist.
Die Kombination von Musik, Psychologie und Physiotherapie führt zu einer hohen Kunst der Physiotherapie, die den Musikern ein angenehmeres und leichteres Spiel ermöglicht. Den Physiotherapeuten bietet sich dabei eine erfüllende persönliche Erfahrung.

Weiterführende Informationen I Informations complémentaire

www.musik-medizin.ch
www.medecine-des-arts.com

Aude Hauser-Mottier

Aude Hauser-Mottier ist Musikerin und Physiotherapeutin. Sie verfügt über das Europäische Diplom für Kunst-Medizin, einen Master in Kunstphilosophie und einen in der therapeutischen Schulung des Patienten. Sie hat sich ausserdem zu «Stress und psychosoziale Effekte von Stress», in Tiefenpsychoanalyse und analytischer Psychotherapie weitergebildet.
www.physio-artitude.ch

Aude Hauser-Mottier est musicienne et physiothérapeute. Elle est également titulaire d'un Diplôme européen en Médecine des Arts, d'un Master en Philosophie de l'Art, d'un Diplôme en Éducation thérapeutique du patient ainsi que d'une formation en «Stress et effets psychosociaux du stress», en Psychanalyse des Profondeurs et en Psychothérapie Analytique.
www.physio-artitude.ch

La formation continue des musiciens et des physiothérapeutes

L'éducation thérapeutique du musicien est aussi une discipline que j'enseigne dans les différents conservatoires de Suisse romande sous forme de journées de formation continue pour les professeurs.

Depuis deux ans, le Conservatoire de Musique de Genève a mis sur pied un cursus de deux heures par semaine, dont j'ai la responsabilité, pour les élèves des classes professionnelles. Il s'agit d'une avancée spectaculaire offerte aux étudiants de la haute école de musique Genève, enseignement qui leur est indispensable pour la gestion de leur carrière future.

Les problèmes des musiciens augmentent en fonction du stress de la concurrence et des exigences de virtuosité. Une telle observation m'a poussée à également développer dans mon cabinet une formation continue destinée aux musiciens professionnels et surtout aux physiothérapeutes intéressés par le sujet: le diplôme *Artitude,* basé sur les aspects physiques et psychologiques des pratiques artistiques. Ce cursus comprend huit samedis sur l'année scolaire, de septembre à mai, et se conclut par un mémoire sur un sujet pratique. La cinquième volée va terminer ce cursus en mai 2010, ce qui prouve la nécessité d'une telle formation, aussi bien pour les musiciens que pour les soignants.

Combiner ces disciplines mène à l'art de la physiothérapie, qui apporte une pratique plus agréable et plus facile aux musiciens, et une possibilité d'accomplissement personnel dynamisant au physiothérapeute.

Literatur I Bibliographie

1. Arcier André (2008). TMS, les troubles musculosquelettiques chez les artistes.
http://www.medecine-des-arts.com/TMS-les-troubles.html?decoupe_recherche=dossier%20tms;18.3.10.

KORRIGENDUM

In der physioactive 5/09 wird beim Artikel «Ein Instrument, das die Schulterbewegungen präzise misst» fälschlicherweise Brigitte Jolles als Erstautorin genannt. Korrekt ist, dass Jean-Philippe Bassin den Beitrag verfasst hat, in Zusammenarbeit mit Claude Pichonnaz und Brigitte Jolles, und von allen am Ende des Textes genannten AutorInnen gutgeheissen wurde. Für dieses Versehen entschuldigt sich die Redaktion.

RECTIFICATION

Dans le physioactive 5/09, Brigitte Jolles est mentionnée comme premier auteur de l'article «Un instrument qui mesure les mouvements de l'épaule avec précision». En réalité, celui-ci a été rédigé par Jean-Philippe Bassin, en collaboration avec Claude Pichonnaz et Brigitte Jolles; il a été approuvé par tous les auteurs mentionnés à la fin de l'article. La rédaction s'excuse de cette erreur.