



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**

# «Ich dachte immer, ich muss mich mehr anstrengen»

Wie ein Handprofil die Wahrnehmung verändert. Ein Fallbeispiel.

Ulrike Wohlwender — Angesichts der enormen Individualität der menschlichen Hand mit Unterschieden von über 9 cm bei der Spannweite 2-5 (zwischen Zeigefinger und kleinem Finger) und bis zu 7 cm bei der Spannweite 3-4 (zwischen Mittelfinger und Ringfinger) kommt es für einen ersten Eindruck von Spielräumen und Grenzen einer Musikerhand kaum auf eine millimetergenaue Messung an. Schon die Pragmatische Handeinschätzung (PHE) des Musikphysiologie-Pioniers Christoph Wagner kann helfen, Ursachen von übermässiger Ermüdung und Overuse-Syndromen auf die Spur zu kommen. Die PHE, die «kleine Schwester» der von Wagner entwickelten und seit 2009 am Zürcher Zentrum Musikerhand der ZHdK beheimateten Biomechanischen Handmessung (BHM), erfasst die Handgrösse, alle Daumen- und Binnenspannweiten und zehn

weitere Handeigenschaften. Anhand der Messblätter aus Wagners Buch *Hand und Instrument* werden individuelle Werte mit denen von Profimusikern verglichen.

Der Individualität der Hand steht die genormte Klaviatur gegenüber – und der Traum vieler Pianisten, sich

Spielen auf dem modernen Flügel «immer mit Krampf verbunden. Was mir immer Schwierigkeiten gemacht hat, ist Akkordspiel.» Ganz anders ihr Spielgefühl, als sie im Alter von 47 Jahren erstmals Hammerflügel spielte: «Da war das Gefühl: das ist mein Instrument. Ich konnte flüssiger spielen.»

Das Handprofil der spieltechnisch versierten Pianistin zeigt eher geringe Daumen- und Binnenspannweiten trotz eher grosser Hände. Deutlich begrenzt war die Spannweite 2-4. Zudem konnte sie ihren rechten Daumen nur auf maximal 65 Grad abspitzen. Als die Klavierpädagogin nach der PHE noch einmal schwierigen Stellen am modernen Flügel nachspürte, stellte sie verblüfft fest: «Es sind tatsächlich alle Stellen, die eine Binnenspannung erfordern, die immer einen Mehraufwand bedeutet haben.» Ganz extrem war eine *Allegro-assai*-Stelle aus Mendelssohns Trio op. 49. «Die habe ich eigentlich nie wirklich gekonnt.» – Vermutlich wegen der fast gleichzeitig geforderten Quinte mit Zeige- und Ringfinger und Septime mit Zeigefinger und kleinem Finger.

Im Rückblick auf ihre Studienzeit resümiert die Klavierpädagogin: «Mir wurde gesagt, dass ich eine grosse Hand und schnelle Finger habe. Wenn

«Sie müssen nur wollen.» Und sie fährt fort: «Wenn mir das früher klar gewesen wäre, hätte sich vor allem mein Umgang mit mir selbst und meinen Übemethoden geändert. Von den Stücken her habe ich mich zwar schon relativ bald nach dem Studium an kleingriffiger Literatur orientiert, aber immer mit einem leisen Groll mir selbst gegenüber, nicht die «richtige» Technik zu haben, um Chopin-Balladen oder Brahms spielen zu können.»

In diesen Aussagen wird mehreres deutlich: Die durchaus sensible Wahrnehmung der eigenen biomechanischen Grenzen schon im Studium, das zwischenzeitlich verlorengegangene Vertrauen in die eigene Wahrnehmung, das mangelnde Einfühlungsvermögen des Lehrers, die Orientierung an einer Repertoire-Norm und an Anstrengung ..., die wiedergewonnene Wahrnehmung, schon durch das veränderte Spielgefühl am Hammerflügel und weiter durch den objektiven Vergleich – und die seelische Erleichterung durch das Wissen um die individuellen biomechanischen Gegebenheiten.

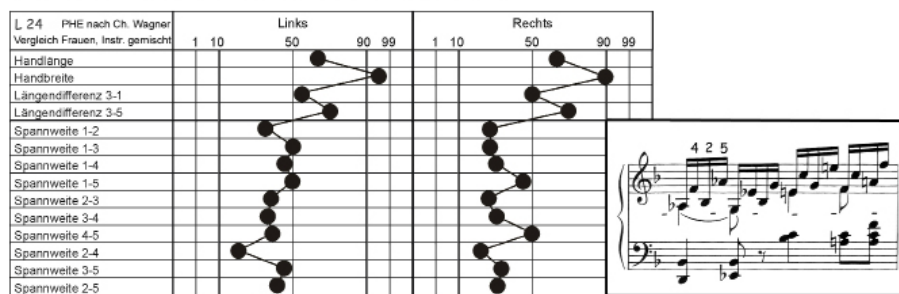
**Ulrike Wohlwender**

... ist Professorin für Klavierpädagogik an der Musikhochschule Stuttgart. Sie arbeitete von 1999 bis 2013 mit Christoph Wagner zusammen und ist Mitarbeiterin am Zürcher Zentrum Musikerhand seit dessen Gründung 2009.

**Literatur**

Margulies, Oliver: Spielhände im objektiven Vergleich. In: *Schweizer Musikzeitung*, Nr. 5/2014, S. 38  
Wagner, Christoph: *Hand und Instrument – Musikphysiologische Grundlagen, Praktische Konsequenzen*. Breitkopf & Härtel, Wiesbaden, 2005.

VEREINFACHTE HANDMESSUNG: Handform und aktive Spannweiten (s. Kap. H 3.4)



Passage aus Mendelssohns Trio op. 49 und das Handprofil der im Text erwähnten Klavierpädagogin.

auch jene Perlen der Klavierliteratur zu erschliessen, deren spieltechnische Anforderungen womöglich die eigenen Grenzen übersteigen. Für eine 53-jährige Klavierpädagogin war das

ich gewusst hätte, dass es diese Spannweiten sind, dann hätte ich zum Beispiel ganz andere Stücke gespielt. Ich dachte immer, ich muss mich mehr anstrengen. Mein Lehrer sagte zu mir:

**Links**

- > [www.musikerhand.de](http://www.musikerhand.de)
- > [www.zzm.ch](http://www.zzm.ch)
- > [www.christoph-wagner-musikphysiologie.de](http://www.christoph-wagner-musikphysiologie.de)

**Präsidentin / Présidente**  
Martina Berchtold-Neumann  
**Anlauf- und Beratungsstelle für Musikermedizin / Service d'information de la Médecine pour Musiciens**  
Pia Bucher  
**Sekretariat / Secrétariat**  
Spiesackerstrasse 23  
4524 Günsberg  
T 032 636 17 71  
info@musik-medizin.ch  
[www.musik-medizin.ch](http://www.musik-medizin.ch)

**Die Schweizerische Interpretenstiftung (SIS)**



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) gespiessen. 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](http://www.interpretenstiftung.ch)

**Interdisziplinäre Musikersprechstunden**

In Bern, Basel, Genf, Locarno, Luzern, Zürich und Dornbirn (A) stehen interdisziplinäre Musikersprechstunden zur Verfügung. Sie sind eingebettet in ein Netzwerk von medizinischen und therapeutischen Spezialisten unterschiedlicher Fachrichtungen. Informationen über die Anlauf- und Beratungsstelle für Musikermedizin erhältlich. [info@musik-medizin.ch](mailto:info@musik-medizin.ch)