

Von schiefen Geigern und zusammengeknautschten Handtüchern

Eigene Erfahrungen zum Beckenschiefstand bei Violinschülern, Auswirkungen im Körper und im Unterricht, Diagnose, Therapie, Prophylaxe

K. Apostolidis, Hamburg

Zusammenfassung

Der Beitrag thematisiert das Problem des kindlichen Beckenschiefstands, der bisher oft noch nicht ernst genommen und als mögliches ursächliches Problem von Beschwerden und Schmerzen in ganz anderen Körperregionen schon bei den Violinschülern, späteren Krankheiten oder vorzeitiger Berufsunfähigkeit bei Profi-Musikern, rechtzeitig schon im Kindesalter behandelt wird. Nach einer Beschreibung des Beckenschiefstands mit Unterscheidung der anatomischen und funktionellen Beinlängendifferenz werden die möglichen Folgeschäden und die Auswirkungen im übrigen Körper sowie im Violinunterricht mit Kindern erläutert. Es werden einfache Diagnose-Tests gezeigt zur Erkennung eines möglichen Beckenschiefstands, die jeder Instrumentalpädagoge erlernen und im Unterricht anwenden kann, sowie eine vorbeugende prophylaktische Übung für die Kinder. Am Schluss wird für interessierte Pädagogen auf Therapie- und weiterführende Fortbildungsmöglichkeiten sowie auf vertiefende Literatur hingewiesen. Der Artikel erläutert Querverbindungen und fachübergreifende Zusammenhänge und ist ein Plädoyer für ganzheitliches Denken auch als Violinlehrer und Zusammenarbeit der verschiedensten Fachrichtungen, damit der Violinunterricht und Therapien langfristig gesehen nicht mehr Schaden als Nutzen anrichten und der Schüler beschwerdefrei spielen kann.

Schlüsselworte

Beckenschiefstand, Beinlängendifferenz, Schmerzprävention, Geigenhaltung, Geigenunterricht

Summary

Of lopsided violinists and crumpled towels - The crooked pelvis condition of violin students as the cause of pains, health problems and future illnesses

This article discusses the problem of the crooked pelvis condition, which has often not been taken seriously up to now and is not treated early enough in childhood as a possible cause of complaints and pains in quite different

body regions of violin students, and is responsible for later illnesses or the premature occupational disability of professional musicians. After describing the crooked pelvis condition and differentiating between the anatomical and functional difference in leg lengths, she goes on to explain the possible consequential damage and effects both on the rest of the body as well as in violin lessons with children. The author also shows simple diagnosis tests for recognising a possible crooked pelvis condition that any instrument teacher can learn and apply in lessons, as well as a preventative prophylactic exercise for children. At the end there are references for interested teachers to therapy and secondary further education possibilities as well as to in-depth literature. The article explains cross-links and interdisciplinary correlations and is a plea for integral thinking also as a violin teacher and for cooperation in the most diverse subject areas, so that violin lessons and therapies do more good than damage in the long-term and the student is able to play free of any health problems.

Key Words

crooked pelvis condition, difference in leg lengths, pain prevention, violin hold, violin teaching

Beckenschiefstand bei Violinschülern

Semjon, ein ehemaliger Violinschüler von mir, damals 17 Jahre, klagte eines Tages plötzlich über Schwindel und Rückenschmerzen, fing an zu humpeln, außerdem konnte er die Töne auf der E-Saite nur noch als verzerrende Schwingungen hören. Er rannte von Arzt zu Arzt. Niemand konnte ihm helfen; ich damals auch noch nicht. Er war ein begabter Junge, spielte Zigeunerweisen, wollte Musik studieren, aber musste aufgrund dieser Belastungen vollkommen mit dem Geigen aufhören, weil er das Spielen wegen der Tonverzerrungen und Schmerzen nicht mehr ertrug. Wir waren beide verzweifelt.

Ich durchlebte Monate später ein ähnliches Martyrium, ein schmerzhafter Irrweg, fast bis zur Berufsunfähigkeit, durch verschiedenste medizinische, lediglich symptomorientierte