

# Gesundheit fortlaufend im Blick

TAO – Ein Tool zur selbstbezogenen Einschätzung arbeitsbezogener Belastungen im Orchester

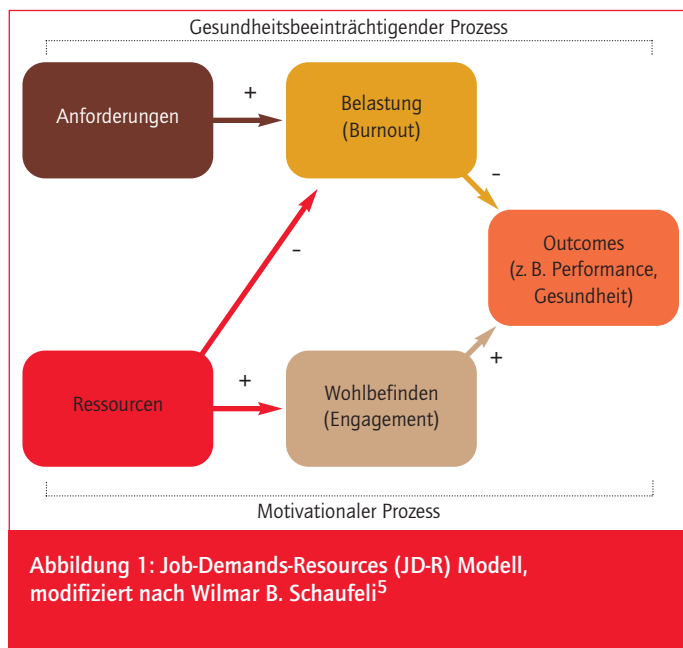
Nico Hutter/Claudia Spahn/Beat Fehlmann/Karoline Renner

Wie kann man im Orchesteralltag berufliche Belastungen und Ressourcen vorausschauend einschätzen und in die Planung einbeziehen? Ein wissenschaftliches neu entwickeltes Tool gibt jetzt Orientierung.

Wie das Ludwigshafener Orchester war auch die Südwestdeutsche Philharmonie Konstanz – hier im Konstanzer Hafen – Experimentierfeld für ein neuartiges Tool der Musikmedizin zur selbstbezogenen Einschätzung arbeitsbedingter Belastungen



> **Unter gesundheitsorientierter Perspektive** stellt die Berufstätigkeit als Mitglied eines Orchesters eine jahrzehntelange Zeitspanne hoher Belastungen dar. Dabei ist es sowohl auf organisatorischer Ebene des Orchesters als auch auf individueller Seite der Musikerinnen und Musiker selbst unüblich, sich mit zukünftig auftretenden Belastungen im Sinn einer Gefährdung der Gesundheit zu befassen. Mit dem Tool zur Einschätzung arbeitsbezogener Belastungen im Orchester (TAO) wurde nun erstmals ein wissenschaftlich fundiertes Verfahren entwickelt, das eine vorausschauende Erfassung von Belastungsspitzen im Alltag des Orchesters ermöglicht. Das Assessmentverfahren, das in enger Zusammenarbeit mit Mitgliedern der Südwestdeutschen Philharmonie (Konstanz) und der Deutschen Staatsphilharmonie Rheinland-Pfalz (Ludwigshafen) entwickelt wurde, erlaubt die Identifikation von Anforderungen und Ressourcen der Arbeit, die für die subjektiv wahrgenommene Belastung der Orchestermitglieder bedeutsam sind. Das Verfahren kann eine Kommunikations- und Planungsgrundlage sein, welches Management und Orchestermitgliedern dazu verhilft, miteinander ins Gespräch zu kommen, Verbesserungsmöglichkeiten zu diskutieren und ein gemeinsames Verständnis von Gesundheit und Wohlbefinden aller Beteiligten im Orchester zu entwickeln.



### Gesundheit im Orchester – im Gleichgewicht?

Gesundheit entsteht in einem dynamischen System, in welchem Anforderungen und Ressourcen kontinuierlich ausbalanciert und reguliert werden müssen. Die Berufstätigkeit von Musikerinnen und Musikern im Orchester stellt unter diesem Blickwinkel eine jahrzehntelange Phase hoher beruflicher Anforderungen dar,<sup>1</sup> bei der die Aktivierung und Stärkung von Ressourcen eine entscheidende Rolle für die Gesunderhaltung spielen. Hohe Anforderungen der Arbeit auf der einen Seite und gering vorhandene Ressourcen auf der anderen Seite sind mit hoher subjektiver Belastung und verringertem Wohlbefinden bei arbeitenden Menschen assoziiert (siehe Abb. 1).<sup>2</sup>

Arbeitsanforderungen stellen dabei körperliche, soziale und organisationale Aspekte der Arbeit dar, die mit einem gewissen Maß

an körperlichen und mentalen Anstrengungen verbunden sind.<sup>3</sup> Die körperliche Belastung im Beruf variiert bei Orchestermitgliedern je nach Spiel- und Dienstplan erheblich. Nicht nur die Schwierigkeit und die spezifischen mentalen und motorischen Anforderungen der aufgeführten Werke können zu großer körperlicher und zeitlicher Beanspruchung führen, sondern auch die konkrete Arbeitsumgebung, die je nach struktureller und finanzieller Ausstattung des Orchesters sehr unterschiedlich ausfallen kann. Auch den Belastungen, denen das Gehör der Musikerinnen und Musiker ausgesetzt ist, kommt eine besondere Bedeutung zu. Auf psychosozialer Seite werden die Orchestermitglieder darüber hinaus durch Konzerte und Proben an Abenden und Wochenenden vor spezielle Herausforderungen in Bezug auf die Balance zwischen Familie und Beruf gestellt. Hinzu kommt der hohe Leistungsdruck, der oftmals ein Abschalten und Distanzieren von der Arbeit erschwert.

Ressourcen auf der anderen Seite sind körperliche, soziale und organisationale Aspekte der Arbeit, die sich positiv auf das Erreichen der Ziele der Arbeit auswirken, mit der Arbeit verbundene Anstrengungen verringern und darüber hinaus persönliche Entwicklung und Wachstum anregen können.<sup>4</sup> Musikerinnen und Musiker nennen häufig soziale Unterstützung und eine positive Arbeitsatmosphäre als wichtige Ressourcen. Auf individueller Ebene kommt regelmäßigem Training von Körperwahrnehmung, Koordination, Kraft und Ausdauer und Maßnahmen zur Entspannung und Erholung große Bedeutung zu. Aber auch organisationale Interventionen spielen durch die Schaffung guter struktureller Rahmenbedingungen und Dienstpläne eine ebenso große Rolle. Beispielsweise lässt sich hier die Planung adäquater Ruhezeiten zwischen Proben und Produktionen nennen.

### Anforderungen und Belastungen zum gemeinsamen Thema machen

Zu Beginn des TAO-Projekts wurden den beteiligten Orchestermitgliedern einige Fragen zu allgemeinen Aspekten der Arbeit im Orchester gestellt. Es zeigt sich hier, dass die Atmosphäre im Orchester von 76 Prozent der Befragten als kollegial und geprägt von gegenseitiger sozialer Unterstützung wahrgenommen wird. Dieser positive Befund zeigt, dass die Grundlage für eine Kultur des professionellen Austauschs zwischen allen Beteiligten im Orchester bereits vorhanden ist und die Bedingungen dafür, schwierige berufliche und organisationale Anforderungen gemeinsam zu adressieren und zu meistern, gegeben sind.

Gleichzeitig wird jedoch von 73 Prozent der Befragten angegeben, nur in geringem Maße in Entscheidungsfindungsprozesse des Orchesters wie beispielsweise Programmgestaltung oder Dienstplanung einbezogen zu sein. Dieser Widerspruch steht einem gemeinsamen, professionellen Umgang mit den Anforderungen und Belastungen im Orchester im Weg und lässt somit eine wichtige Ressource für die kollektive Gesundheit des Berufsstands und die individuelle Gesundheit aller Beteiligten ungenutzt. ...

... Lesen Sie weiter in **das Orchester 9/2021!**