

# **Inhaltsverzeichnis**

## **Einleitung**

Manfred Nusseck, Claudia Spahn .....7

## **Gesundheit und Präventionsverhalten von Musikstudierenden an deutschen Musikhochschulen – Ergebnisse einer Multizenterstudie**

Manfred Nusseck, Adina Mornell, Edgar Voltmer, Thomas Kötter, Bertold Schmid, Jochen Blum, Alexandra Türk-Espitalier, Anna Immerz, Timo Fischinger, Claudia Spahn .....13

## **„Wenn Träume Schmerzen verursachen“ – Erklärungsversuche für die Zunahme von Beschwerden bei Musikstudierenden während des ersten Studienjahres**

Adina Mornell, Lilian Peters, Jutta Drinda .....39

## **„Wahre Freude ist eine ernste Sache“ – Überlegungen zur Gesundheit von Musikstudierenden**

Ingolf Schauer .....57

## **Gesundheitsförderung im Musikstudium – Reflexion aus der Perspektive eines Musikstudierenden**

André Rieder .....63

## **Resilienz bei Musikstudierenden – Konzeption, Evaluation und Wirkung eines Lehrangebots zur Förderung von Resilienz**

Claudia Spahn, Josephine Schmirl, Anna Immerz, Manfred Nusseck .....69

<b>Gesundheitsvermittlung im praxisorientierten Einzel- und Gruppenunterricht bei Musikstudierenden</b>	
Alexandra Türk-Espitalier .....	87
<b>Psychosoziale Belastungen und gesundheitsfördernde Didaktik im Medizin- und Musikstudium</b>	
Edgar Voltmer, Claudia Spahn .....	93
<b>Musik und Sport – Disziplinen im Spannungsfeld von Spitzenleistung und Gesundheit</b>	
Simone Spangler .....	105
<b>Résumé und Ausblick</b>	
Manfred Nusseck, Anna Immerz, Claudia Spahn .....	133
<b>Kurzbiographien der Autorinnen und Autoren</b>	139