

TREKTOCHT NAAR DE VERBORGEN VALLEI



**Uitrusting voor de muziektherapeut voor het verlenen van muziektherapie
en het geven van training en ondersteuning aan de leerkrachten
in het reformatorisch speciaal onderwijs**

**Praktijkproduct voor de opleiding Creatieve Therapie Muziek
Aan de Hogeschool van Utrecht te Amersfoort**

**Laurine Ebberts
2005**

INLEIDING	4
HOOFDSTUK 1: REFORMATORISCH SPECIAAL ONDERWIJS.....	5
1.1 Reformatorische identiteit.....	5
1.2 Speciaal Onderwijs.....	5
1.3 Visie op muziek	5
HOOFDSTUK 2: MUZIEKTHERAPIE	6
2.1 Algemene definitie.....	6
2.1.1 Volgens het Beroepsprofiel van de Muziektherapeut.....	6
2.1.2 Toelichting	6
2.2 Muziektherapie verder uitgelegd	6
2.2.1 Algemeen	6
2.2.2 Muziektherapie in het speciaal onderwijs	7
2.2.3 Doelstellingen	8
2.2.4 Muziektherapeutische modellen en werkwijzen	8
2.2.5 Basishouding en basisprincipes	9
2.2.6 Gebruikte werkvormen	9
2.2.7 Muzikale componenten	9
2.2.8 Sociale componenten	10
2.2.9 Instrumenten/materialen.....	10
2.2.10 Zittingsverslag-formulier	11
2.3 Mogelijkheden en beperkingen voor muziektherapie binnen het reformatorisch speciaal onderwijs.....	11
HOOFDSTUK 3: TRAINING EN ONDERSTEUNING VAN DE LEERKRACHTEN .	13
3.1 Opzet.....	13
3.2 Informatie over muziektherapie	14
3.3 Ervaring van de kracht van muziek	14
3.4 Basishouding en basisprincipes	14
3.4.1 Veiligheid en vertrouwen	14
3.4.2 Acceptatie.....	14
3.4.3 Tijd.....	15
3.4.4 Overzichtelijkheid	15
3.4.5 Structuur.....	15
3.4.6 Non-verbale uitdrukkingsvormen.....	15
3.4.7 Aansluiten bij ontwikkelingsniveau en mogelijkheden	15
3.4.8 Uitnodigende muzikale activiteiten	16
3.4.9 Afwisseling van drukte en rust	16
3.5 Praktische doelstellingen en activiteiten.....	16
3.5.1 Doelstellingen	16
3.5.2 Activiteiten	17
3.5.3 Gebruik van activiteitenboeken	19
3.6 Verslaglegging	20
3.7 Nazorg en ondersteuning	20
3.8 Evaluatie van de training	20
HOOFDSTUK 4: OVERIGE INFORMATIE	21
4.1 Sheets	21

4.2	Videomateriaal	21
4.3	Trainingsreader voor de leerkrachten.....	21
4.4	Informatie over de auteur	21
GERAADPLEEGDE BRONNEN		22
BIJLAGE 1: SHEETS		23
BIJLAGE 2: DEFINITIE VAN MUZIEKTHERAPIE		28
BIJLAGE 3: VOORBEELDLIEDJES		31

Wie bekend is in de Bijbel, kent zeker het verhaal van koning Saul en David: toen koning Saul verschrikt werd door een boze geest, zocht hij een man die goed kon harpspelen, zodat het beter met hem zou worden.

'En het geschiedde als de geest Gods over Saul was, zo nam David de harp en hij speelde met zijn hand; dat was voor Saul een verademing, en het werd beter met hem en de boze geest week van hem.' (1 Samuël 16 vers 23)

In het verlenen van muziektherapie gaat het niet om het verdrijven van geesten, maar uit dit voorbeeld is wel te zien dat muziek een grote invloed op mensen kan hebben. Deze invloed zou goed gebruikt kunnen worden in het reformatorisch speciaal onderwijs om leerlingen met psychosociale problemen te behandelen of te begeleiden.

Vóór de ontwikkeling van deze handleiding heb ik praktijkonderzoek gedaan naar de behoefte aan en mogelijkheden voor muziektherapie in het reformatorisch speciaal onderwijs. Naar aanleiding van dit praktijkonderzoek dat uitgevoerd is voor de opleiding Creatieve Therapie Muziek (hierna te noemen muziektherapie), kwam ik tot de constatering dat er binnen het reformatorisch speciaal onderwijs geen gebruik wordt gemaakt van muziektherapie en dat er veel onkunde heerst bij de leerkrachten om muziekactiviteiten te gebruiken in het begeleiden van leerlingen. Toch gaven de intern begeleiders aan dat er wel behoefte is aan muziektherapie in het reformatorisch speciaal onderwijs of aan training en ondersteuning aan de leerkrachten in het omgaan met zorgleerlingen met psychosociale problemen d.m.v. muziek.

Wel moet er dan rekening gehouden worden met mogelijkheden en belemmeringen die er zijn vanuit de reformatorische identiteit.

Naar aanleiding van deze conclusies heb ik actie ondernomen om een handleiding te ontwikkelen voor de muziektherapeut voor het verlenen van muziektherapie en het geven van training en ondersteuning aan de leerkrachten in het reformatorisch speciaal onderwijs. Voor u ligt het resultaat van dit praktijkproject.

In het product wordt er een beschrijving gegeven van het reformatorisch speciaal onderwijs en de uit het onderzoek naar voren gekomen reformatorische visie op muziek (hoofdstuk 1). Hoofdstuk 2 bevat een beschrijving van muziektherapie en algemene uitgangspunten hiervan. Deze worden toegespitst op het speciaal onderwijs. Ook worden er mogelijkheden en belemmeringen genoemd op grond van de reformatorische identiteit van de school. De training en ondersteuning die de muziektherapeut kan geven aan de leerkrachten is beschreven in hoofdstuk 3. Er is voor gekozen om deze niet volledig uit te werken, maar de hoofdzaken te benoemen en de verdere invulling aan de muziektherapeut te laten.

Ter ondersteuning kan er bij de training gebruik worden gemaakt van sheets, videomateriaal en een trainingsreader voor de leerkrachten. Een toelichting van deze punten is opgenomen in hoofdstuk 4.

Ik wens u veel succes bij het verlenen van muziektherapie in het reformatorisch speciaal onderwijs of het geven van training en ondersteuning aan de leerkrachten.

Laurine Ebbers
Maart 2005

1.1 Reformatorische identiteit

De reformatorische scholen voor speciaal onderwijs hebben als grondslag de Heilige Schrift als onfeilbaar Woord van God, zoals daarvan belijdenis wordt gedaan in de artikelen 2 tot en met 7 van de Nederlandse Geloofsbelijdenis. Zij onderschrijven geheel en onvoorwaardelijk de Drie Formulieren van Enigheid (Heidelbergse Catechismus, Nederlandse Geloofsbelijdenis, Dordse Leerregels), zoals deze zijn vastgesteld door de Nationale Synode van Dordrecht in de jaren 1618 en 1619.

De scholen maken gebruik van de Statenvertaling als de meest getrouwe overzetting van Gods Woord uit de grondtalen, zoals deze tot stand gekomen is volgens het besluit van bovengenoemde Synode.

Elke toelating wordt geacht te geschieden onder voorwaarde dat personeel, ouders of verzorgers en leerlingen zich onderwerpen aan de bepalingen van de reglementen van de school.

Het gedrag en de levensstijl van de bij de school betrokken personen dienen zodanig te zijn dat er geen inbreuk wordt gemaakt op opvattingen, die binnen de kerkelijke achterban van de school in het algemeen gelden.

1.2 Speciaal Onderwijs

Speciaal onderwijs is bestemd voor leerlingen die niet in staat zijn het gewone (reguliere) onderwijs te volgen. Volgens de wet gaat het om 'kinderen voor wie vaststaat dat overwegend een orthopedagogische en orthodidactische benadering aangewezen is'. Er zijn verschillende typen speciaal onderwijs te onderscheiden, o.a.:

- SBO: het Speciaal Basisonderwijs omvat het onderwijs voor leerlingen met leer- en opvoedingsmoeilijkheden (LOM), moeilijk lerende kinderen (MLK) en jonge risico-kinderen (JRK)
- ZML: deze afdeling omvat de scholen voor zeer moeilijk lerende kinderen (ZMLK), dat wil zeggen verstandelijk gehandicapte leerlingen die in het algemeen blijvend zijn aangewezen op een beschermd bestaan

1.3 Visie op muziek

Bij de reformatorische scholen voor speciaal onderwijs staat veelal geen visie op of regelgeving over muziek op papier.

Vanuit de algemene visie van de scholen en vanuit de profielschets van de Vereniging voor Gereformeerd Schoolonderwijs kunnen er wel opmerkingen gemaakt worden over muziekbeoefening.

De muziek moet getoetst worden aan de reformatorische grondslag van de school: de Bijbel en de Drie Formulieren van Enigheid. Alles moet ten dienste zijn van God en moet verantwoord worden naar het bestuur en de directie. Het waarderen en gebruiken van wat als cultuur geboden wordt, zal vanuit een christelijk-kritische levenshouding moeten geschieden.

2.1 Algemene definitie

2.1.1 Volgens het Beroepsprofiel van de Muziektherapeut

Muziektherapie is een methodische vorm van hulpverlening, waarbij muzikale middelen binnen een therapeutische relatie gehanteerd worden, ten einde verandering, ontwikkeling, stabilisatie of acceptatie op emotioneel, gedragsmatig, cognitief, sociaal of lichamelijk gebied te bewerkstelligen.

2.1.2 Toelichting

Het verlenen van muziektherapie wordt voorafgegaan door een indicatiestelling. De therapie is gericht op een expliciete doelstelling die onderdeel is van, dan wel nauw aansluit bij het algemene hulpverleningsplan. Er wordt planmatig gewerkt. Bij de keuze van therapeutische methodieken wordt waar mogelijk gebruik gemaakt van in het beroepsveld aanwezige kennis en inzichten. De therapieresultaten worden in het licht van de opgestelde doelen geëvalueerd.

In de muziektherapie worden muzikale elementen als maat, ritme, melodie, harmonie en klank gebruikt. Verder horen hierbij muziekinstrumenten en de menselijke stem evenals muzikale spelvormen en muzikaal cultuurgood in opgeschreven, opgenomen of overgeleverde vorm.

De therapeutische relatie wordt inhoudelijk gekenmerkt door een empathische opstelling van de therapeut en een bewust hanteren van relationele aspecten.

De processen die centraal staan in muziektherapie, kunnen gericht zijn op het ontwikkelen van nieuwe vaardigheden, het ontplooiën van aanwezige potentiële vaardigheden, het voorkomen van achteruitgang en het omgaan met beperkingen en onveranderbare omstandigheden. Deze processen kunnen betrekking hebben op emotionele, gedragsmatige, cognitieve, sociale of lichamelijke verschijnselen.

Voor een uitgebreidere, specifiekere definitie verwijs ik naar het *Beroepsprofiel van de Creatief Therapeut* (NVCT, 1995) en het *Handboek Creatieve Therapie* (Smeijsters, 2000).

2.2 Muziektherapie verder uitgelegd

2.2.1 Algemeen

Geen muziekles

In muziektherapie ligt het accent op creativiteit en muziekbeleving. De cliënt krijgt geen muziekles, maar zal muziek maken of beluisteren waarbij tegelijkertijd, op indirecte wijze, aandacht wordt geschonken aan de problematiek die de cliënt heeft.

De therapie zal vaak volgens een vast patroon verlopen: indicatiestelling, observatie om tot een nauwkeuriger doelstelling te komen, behandelfase, afronding en evaluatie.

Begeleiding of behandeling

Bij *behandeling* staat het uitvoeren van methodische activiteiten die gericht zijn op het opheffen of beperken van specifieke problemen of stoornissen, op de eerste plaats. Dit wordt *muziektherapie* genoemd (daarin is ook ruimte voor begeleiding).

Bij *begeleiding* staat op de eerste plaats het bieden van ondersteuning of bijstand, structuur en het scheppen en bevorderen van een veilig woon-, leef- en werkklimaat door activiteiten gericht op de aanwezige mogelijkheden van de cliënt. Dit wordt *activiteitenbegeleiding* genoemd.

- De activiteiten van de muziektherapeut zijn zowel het behandelen als begeleiden van de leerlingen in individuele of groepstherapieën of door activiteiten in de klas aan te bieden.
- De begeleidende taken zijn o.a. voor de leerkrachten.
- De muziektherapeut kan de leerkrachten trainen in het begeleiden van de leerlingen.

Karakter van muziektherapie

De muziektherapie kan een observerend, structurerend, ondersteunend, ervaringsgericht, inzichtgevend of resocialiserend karakter hebben. Dit is afhankelijk van de problematiek van de cliënt, de hulpvraag en de hulpverleningscontext.

Non-verbale therapie

Muziektherapie wordt ook wel een non-verbale therapie genoemd, in tegenstelling tot de verbale - 'praat-' - therapieën.

Voor mensen die zich niet zo goed met woorden kunnen uiten, maar wel door middel van muziek met een ander kunnen communiceren, is dit natuurlijk een heel goede oplossing. De muziek kan dan als het ware werken als een mogelijkheid om te communiceren.

Het is niet zo dat er helemaal niet gepraat wordt in deze therapie. Soms wordt met woorden het verband met het dagelijks leven gelegd, zodat de therapie ook buiten de therapieruimte invloed heeft en met goed gevolg afgesloten kan worden.

Individuele of groepstherapie

In de observatieperiode is individuele therapie gebruikelijk om een goed beeld te krijgen van de problematiek en de mogelijkheden van de cliënt. Ook wordt er voor individuele therapie gekozen als:

- de emotionele problemen van de cliënt erg groot zijn
- de cliënt erg geremd of gesloten is
- de cliënt ongeremd is en veel structuur nodig heeft

Groepstherapie wordt geïndiceerd als:

- de cliënt in staat is om steun van anderen te ervaren of aan anderen te geven, waarbij de acceptatie van elkaar en de verbondenheid centraal staan
- de cliënt sociale en interactionele vaardigheden moet vergroten, waarbij de therapie gericht is op overdracht en interactie (leren van elkaar)
- de cliënt ruimte nodig heeft om zijn problemen bij anderen te uiten

2.2.2 Muziektherapie in het speciaal onderwijs

Gezien de levensfase van de cliënten speelt bij muziektherapie in het speciaal onderwijs het opvoedkundige aspect een rol. Op de voorgrond staan daarnaast ook de communicatief-relationale eigenschappen van muzikale activiteiten en de regulerende werking op het gebied van tijdsbeleving, motoriek, impulsen en emoties.

Als er samen muziek gemaakt wordt, ontstaat er snel een structuur, maar muziek kan ook gebruikt worden om een structuur te scheppen (liedjes of melodieën). Er zijn veel verschillende soorten muziek die de cliënten naar verschillende sferen mee kan nemen (bijv. actie, rust, natuur, etc.), die hen een mogelijkheid geeft om zich te uiten en emoties te laten zien. Hierdoor kunnen zij meer gericht worden op de beleving van en het omgaan met een bepaalde situatie.

Dit hoeft dan niet met woorden te gebeuren, maar met muziek. Vaak is taalgebruik voor leerlingen van het speciaal onderwijs een hoge drempel. Muziek komt veel directer en onweerstaanbaarder binnen, waardoor het goed gebruikt kan worden voor het behandelen en begeleiden van zorgleerlingen met psychosociale problemen.

Verder kan de muziektherapeut op flexibele wijze bij de behoeften en de belevingswereld van de cliënt aansluiten door bij de leeftijd, het ontwikkelingsniveau en belangstellingsgebied van de cliënt passende muzikale structuren aan te bieden.

Tenslotte zorgt het feit dat musiceren geen blijvend product hoeft op te leveren met name bij cliënten met faalangst en een laag zelfbeeld voor de essentiële veiligheid.

2.2.3 Doelstellingen

Door het stellen van doelen kan er het meest effectief en methodisch gewerkt worden.

Muziektherapie richt zich veelal op de volgende doelen:

- *Uitbreiden van contactmogelijkheden en sociale vaardigheden*: bijvoorbeeld als iemand erg in zichzelf gekeerd is, geen contact met anderen maakt of juist on sociaal gedrag vertoont en zeer dominant aanwezig is.
- *Emotionele problematiek*: bijvoorbeeld als iemand het moeilijk vindt om gevoelens te benoemen en te uiten, als iemand depressief is of faalangst heeft.
- *Acceptatie van en omgang met symptomen en beperkingen* als gevolg van een stoornis.
- *Bevorderen van spelontwikkeling en spelplezier*.
- *Concentratieproblematiek*: om de spanningsboog te vergroten en te oefenen om de aandacht te richten op een activiteit.
- *Aan elkaar koppelen van denken en handelen*: oorzaak-gevolg relaties leren leggen.

2.2.4 Muziektherapeutische modellen en werkwijzen

Muziektherapeuten hanteren verschillende werkwijzen afhankelijk van de doelgroep, de individuele cliënt, de doelen, de setting en de fase van de therapie en het instellings- of afdelingsbeleid. Daarnaast wordt in de praktijk de keuze voor werkwijzen mede bepaald door de affiniteit van de therapeut met specifieke muziektherapeutische modellen en door diens individuele mogelijkheden en beperkingen.

Theoretische modellen

Uit de muziektherapeutische praktijk zijn verschillende theoretische modellen voortgekomen, die ook zijn beïnvloed door andere psychologische en psychotherapeutische stromingen. De belangrijkste worden hieronder besproken.

- *Creatief proces theorie*
Er wordt gestreefd naar het op gang brengen van een therapeutisch proces waarin de cliënt nieuwe gedrags- en groeimogelijkheden ontwikkelt door zich uit verstarde verhoudingen met zijn omgeving te bevrijden.
- *Analoge procesmodel*
In dit model wordt uitgegaan van kenmerken van specifieke stoornissen. Daarbij wordt de nadruk gelegd op analogieën tussen die kenmerken en muzikale processen. Er wordt gestreefd de stoornis te beïnvloeden door verandering van de analoge muzikale processen te bewerkstelligen.
- *Psychoanalytische muziektherapie en gestalttherapeutische muziektherapie*
Bij bestaande psychotherapeutische stromingen zijn aansluitende specifiek muziektherapeutische werkvormen ontwikkeld. De psychoanalytische muziektherapie richt zich op de betekenis van het gedrag binnen muziektherapie dat gestuurd wordt door naar het onbewuste verdrongen processen.
In gestalttherapeutische muziektherapie wordt getracht de cliënt in het hier en nu een balans te laten vinden tussen delen van zijn persoonlijkheid, of door te handelen in het hier en nu een onafgemaakte gebeurtenis uit het verleden alsnog af te sluiten.

Werkwijzen

Bij alle verscheidenheid kunnen muziektherapeutische werkwijzen aan de hand van de volgende drie dimensies ingedeeld worden. Daarbij neemt elke werkwijze een bepaalde positie tussen de twee polen van de hierna genoemde dimensies in.

1. *Sterk structurerend versus weinig structurerend*.
Het begrip structuur duidt hier op de mate waarin de keuzemogelijkheden van de cliënt worden ingeperkt door de therapeut en de aard van de muzikale activiteiten. De houding van de therapeut in de keuze van het materiaal en de speelwijze kan directief of non-directief zijn.
2. *Focus op de muziek versus focus op de problematiek van de cliënt*

Het begrip focus geeft aan waarop vanuit therapeutische overwegingen de aandacht van de cliënt gericht wordt. Daarmee wordt geen uitspraak gedaan over de doelen van de muziektherapie, die altijd problematiek gerelateerd zijn. Verbanden tussen muzikale processen en de problematiek van de cliënt kunnen impliciet nagestreefd worden of expliciet gemaakt worden. Er wordt vooral impliciet gewerkt bij cliënten die niet over de verstandelijke capaciteiten beschikken of juist neigen naar teveel intellectualiteit.

3. *Actief versus receptief*

In receptieve muziektherapie luistert de cliënt naar muziek zonder zelf te musiceren, in actieve muziektherapie maakt de cliënt zelf muziek.

In het speciaal onderwijs zijn in het algemeen de muziektherapeutische werkwijzen meer actief dan receptief en sterk structurerend. De leerling maakt dan zelf muziek en zal hierbij ook moeten luisteren naar het eigen spel en dat van medespelers. De structuur zorgt ervoor dat het voor de leerlingen duidelijk is wat er van hen verwacht wordt. Er wordt dan vaak specifiek gedrag geoefend of er wordt veiligheid gecreëerd door de structuur. Als er minder gebruik wordt gemaakt van structuur, kan er vaak gewerkt worden aan het ontdekken en verbreden van beleving en gedragsmogelijkheden.

2.2.5 Basishouding en basisprincipes

De basishouding van een therapeut kan opgebouwd zijn uit de volgende aspecten:

1. ***Veiligheid en vertrouwen***
2. ***Acceptatie***
3. ***Tijd***
4. ***Overzichtelijkheid***
5. ***Structuur***
6. ***Non-verbale uitdrukkingvormen***
7. ***Aansluiten bij het ontwikkelingsniveau en mogelijkheden***
8. ***Uitnodigende muzikale activiteiten***
9. ***Afwisseling van drukte en rust***

Een uitgebreide toelichting hiervan is te vinden in hoofdstuk 3.

2.2.6 Gebruikte werkvormen

Er zijn veel verschillende muziekvormen die gebruikt kunnen worden in muziektherapie. Een muziektherapeut past zich aan de doelgroep aan. De werkvormen variëren afhankelijk van de problematiek, de leeftijd en het ontwikkelingsniveau van de cliënt. Veel voorkomende werkvormen in het speciaal onderwijs zijn:

- Zingen van bestaande muziek
- Klassieke en moderne muziek beluisteren of daarmee meespelen
- Combinaties van muziek met andere expressievormen als beweging, beeldende activiteiten en spel
- Improvisatie – vrij muziek maken, dus niet gebonden aan muzikale kwaliteit. Deze werkvorm is zeer goed bruikbaar omdat het, gelet op de situatie, doelstellingen, leeftijd en mogelijkheden van de cliënt, op verschillende manieren kan worden aangeboden. In improvisatie kan gevarieerd worden in o.a. structuur, instrumentgebruik en dynamiek. De cliënt kan dan meer van zichzelf laten zien en is niet gebonden aan de beoordeling dat het mooi moet klinken.

2.2.7 Muzikale componenten

De muzikale componenten die in muziektherapie naar voren kunnen komen, zijn:

- | | |
|-------------------|--|
| - <u>Klank</u> | - aan welk soort klank geeft de cliënt de voorkeur |
| - <u>Ritme</u> | - hoe is de cliënt ritmisch aangelegd |
| - <u>Melodie</u> | - is er sprake van een melodie of ontbreekt deze |
| - <u>Dynamiek</u> | - hoe is de hard-zacht verhouding in het spel van de cliënt en wat is zijn spanningsboog |

- Vorm - hoe is een improvisatie vormgegeven, waar heeft de cliënt moeite mee
- Instrumentatie - hoe worden de instrumenten gebruikt en waar geeft de cliënt de voorkeur aan
- Stem/zang - hoe gebruikt de cliënt zijn stem

2.2.8 Sociale componenten

De sociale componenten die in muziektherapie naar voren kunnen komen, zijn:

- Kennis maken - hoe is de eerste kennismaking met de therapeut en de muziek
- Verdraagzaamheid - hoe gaat de cliënt om met (on)macht, keuzes maken, opdrachten ontvangen en uitvoeren
- Kiezen - kan de cliënt kiezen of doet hij/zij alleen wat anderen zeggen
- Communicatie - (op welke manier) wordt er gecommuniceerd
- Structuur - hoeveel structuur heeft de cliënt nodig en hoeveel structuur geeft hij/zij zichzelf
- Lichaamsexpressie - hoe is de lichaams- en gezichtsexpressie van de cliënt
- Fantasie/voorstelling - wat voor gevoel roept een situatie bij een cliënt op (bijv. het gezin, de natuur, etc.)
- Ontspanning - kan de cliënt zich overgeven aan de ontspanning, even de tijd nemen om te genieten
- Vrijheid - hoe gaat de cliënt om met zijn vrijheid en (on)mogelijkheden
- Concentratie - hoe gericht kan de cliënt bezig zijn met een activiteit, hoeveel verschillende prikkels kan een cliënt combineren en begrijpen
- Emoties - kan de cliënt emoties scheiden, bij een situatie passen of zelf gebruiken

2.2.9 Instrumenten/materialen

In muziektherapie kan gebruik worden gemaakt van (bijna) alle soorten instrumenten, variërend van piano/orgel tot blokfluit en van trommels tot gitaar. Muziekinstrumenten zijn vrij kostbaar en moeten goed onderhouden worden, zodat zij geen belemmering voor het verloop van de therapie vormen. Eventueel kan ervoor gekozen worden om sommige instrumenten niet te gebruiken.

Belangrijk is om een breed repertoire van liedjes te hebben. Onderdelen hiervan kunnen zijn: overgangsliedjes (begin en einde), kinderliedjes, vaderlandse liederen en liedjes die aansluiten bij de leefwereld van de cliënt.

Ook verschillende soorten CD's zijn een bron om uit te putten in muziektherapie. De CD's kunnen verschillen in stijl (klassiek/modern), emotie (blij/verdrietig), instrumentgebruik (instrumentaal/zang/beweging), sfeer (natuur/feest), thema's, etc.

Voor de cliënten in het speciaal onderwijs is het vaak duidelijk om voorwerpen (pittenzakjes, etc.), pictogrammen, kaarten of fotomateriaal te gebruiken, omdat taalgebruik voor hen vaak niet voldoende duidelijk is en plotselinge overgangen voor spanning en onduidelijkheid kunnen zorgen.

Verdere aspecten die nodig zijn:

- afgebakende ruimte (privacy, veiligheid en weinig prikkels)
- opbergplaats voor instrumenten
- materiaal voor verslaglegging van de therapie

2.2.10 Zittingsverslag-formulier

- **Datum**
- **Hoofddoel**
- **Doel**
- **Activiteit**
- **Verloop**
 - o Observatie
 - o Interpretatie
- **Houding cliënt**
- **Houding therapeut**
- **Interventies/interacties**
 - o Gepland
 - o Ongepland
- **Conclusies**
 - Terugkoppeling naar de doelstelling
- **Reflectie**
- **Aandachtspunten**

2.3 Mogelijkheden en beperkingen voor muziektherapie binnen het reformatorisch speciaal onderwijs

Vanuit de reformatorische visie zijn er mogelijkheden en beperkingen voor het verlenen van muziektherapie in het reformatorisch speciaal onderwijs. Deze mogelijkheden en beperkingen zijn praktisch (instrumenten, werkwijzen, muziekstijlen) of meer vanuit de visie.

Praktisch:

De mogelijkheden voor muziektherapie zijn vele. Op basis van de reformatorische visie zijn er geen extra mogelijkheden dan de normale mogelijkheden.

Aandachtspunten en belemmeringen op basis van de visie van de school zijn wel aanwezig, en wel in de vorm van:

- Aandachtspunten:
 - o Eerbied bij het gebruik van geestelijke liederen en psalmen
 - o Inhoud van (geestelijke) liederen moet in overeenstemming zijn met de identiteit. Vaak zijn er liedmappen aanwezig met toegestane liederen. Overleg met de school is hierin nodig.
 - o Voor veel muzieksoorten (die niet expliciet behoren tot de belemmeringen) geldt: als het onderbouwd wordt met argumenten, als het doel benoemd wordt, is het toegestaan (bijv. fanfaremuziek).
 - o Rekening houden met het beeld dat iets oproept bij een ander (hoewel het goed bedoeld kan zijn) en met het doel dat men hoopt te bereiken.
- Belemmeringen:
 - o Populaire muziek en instrumentarium dat hiermee verband houdt:
 - Muziek met beat/rock/jazz/house
 - Opzwepende en keiharde muziek
 - Sommige instrumenten leggen de link naar populaire muziekstijlen, maar worden op zich niet afgekeurd. Er wordt hier gedacht aan de (elektrische) gitaar, basgitaar, drumstel, etc.
 - o Dans
 - o Muziek die linkt naar TV-programma's, new-age en circus

Vanuit de visie:

De muziektherapeut moet de reformatorische identiteit onderschrijven en draagt de verantwoordelijkheid over de invulling hiervan.

Verder verwijs ik hierbij naar paragraaf 1.3 Visie op muziek.

3.1 Opzet

Begeleiden van leerlingen

In het (reformatorisch) speciaal onderwijs kan een muziektherapeut zelf muziektherapie verlenen aan individuele cliënten of groepen. Als hier geen financiële of materiële middelen beschikbaar voor zijn, is het ook mogelijk dat de muziektherapeut de leerkrachten training en ondersteuning geeft in het begeleiden van de leerlingen in de klas met muziekactiviteiten. De leerkracht zal dan geen muziektherapeutische behandeling geven, maar de leerlingen *begeleiden* door het bieden van ondersteuning, bijstand en structuur en het scheppen en bevorderen van een veilig woon-, leef- en werkklimaat. Deze begeleiding kan gebeuren door gebruik te maken van de kracht en invloed die muziek heeft en van muziekactiviteiten die gericht zijn op de aanwezige mogelijkheden van de leerlingen.

Randvoorwaarden

Voor de training is een ruimte nodig waarin een groep personen kan samenkomen, mogelijkheden heeft om te zitten en om samen muziek te maken. Hiervoor zijn (kleine) instrumenten nodig en eventueel apparatuur om muziek af te spelen.

De groepsgroter kan variëren per training, maar de voorkeur gaat uit naar een niet al te grote groep leerkrachten (bijv. 8 tot 10).

De tijdsduur die voor de training nodig is, zal al gauw zeker een dagdeel in beslag nemen.

De muziektherapeut zal moeten letten op de aanwezige kennis van de basishouding en van muzikale begrippen bij de leerkrachten en de training zo eenvoudig en begrijpelijk mogelijk moeten uitvoeren. Hierbij zijn vooral de praktische handvaten voor de leerkrachten van belang.

Aan de leerkrachten zal ter informatie een reader gegeven kunnen worden. Zie hiervoor ook paragraaf 4.3. In de reader moeten in ieder geval de volgende onderwerpen opgenomen zijn:

1. Definitie van muziektherapie
2. Basishouding en basisprincipes
3. Praktische doelstellingen en activiteiten
4. Verslaglegging
5. Nazorg en ondersteuning

Er moet een mogelijkheid zijn voor nazorg. Deze nazorg kan inhouden dat de muziektherapeut een vervoltraining geeft, aanwezig is bij de muziekactiviteiten of mogelijkheden heeft voor het geven van mondelinge of schriftelijke adviezen.

In verband met de reformatorische identiteit van de scholen voor speciaal onderwijs, zal de muziektherapeut rekening moeten houden met onderwerpen, instrumenten en werkwijzen die op grond van de reformatorische visie worden afgewezen. Zie hiervoor de paragrafen 1.3 en 2.3.

Doelen van de training

In de training en ondersteuning van de leerkracht zullen de volgende aspecten naar voren moeten komen:

- ***Informatie over muziektherapie***
- ***Ervaring van de kracht van muziek***
- ***Basishouding en basisprincipes***
- ***Praktische doelstellingen en activiteiten***
- ***Verslaglegging***

- *Nazorg en ondersteuning*
- *Evaluatie van de training*

3.2 Informatie over muziektherapie

Hiervoor kan gebruik gemaakt worden van de informatie uit hoofdstuk 2 die door middel van sheets of een powerpoint-presentatie getoond kan worden. Ook kan er een stukje video bekeken worden over muziektherapie in een klas. Zie voor deze onderwerpen de beschrijvingen in hoofdstuk 4.

3.3 Ervaring van de kracht van muziek

Dit kan door een ervaringsgerichte activiteit samen uit te voeren. Tijdens deze activiteit zal de therapeut een directieve en structurerende houding aan moeten nemen, die gericht is op de onderlinge interactie en een ontspannen sfeer. De therapeut biedt de opdracht aan, stimuleert de deelnemers om mee te doen en leidt de evaluatie van de opdracht.

Mogelijke activiteiten:

- o Zingen van welkomstlied ('Weet je wat ik zingen ga')
- o Vrije improvisatie op (percussie)instrumenten
 - Tegelijk beginnen
 - Na elkaar beginnen en eindigen
 - Solo's spelen tijdens een vast ritme van de anderen
 - Improvisatie stoppen door een vooraf bepaald teken
- o Geleide fantasie naar aanleiding van een bepaald muziekstuk op een CD of naar aanleiding van een verhaal
- o Spelen van dierenrollen in een improvisatie (gebruik van kaartjes)

3.4 Basishouding en basisprincipes

In het aanbieden van een (muziek)activiteit in het speciaal onderwijs zal de aanbieder rekening moeten houden met de volgende basishoudingen en basisprincipes:

- 1. Veiligheid en vertrouwen**
- 2. Acceptatie**
- 3. Tijd**
- 4. Overzichtelijkheid**
- 5. Structuur**
- 6. Non-verbale uitdrukkingsvormen**
- 7. Aansluiten bij het ontwikkelingsniveau en mogelijkheden**
- 8. Uitnodigende muzikale activiteiten**
- 9. Afwisseling van drukte en rust**

3.4.1 Veiligheid en vertrouwen

Het is belangrijk dat een leerling zich ontspannen en vertrouwd voelt. Dat betekent dat de relatie van de leerling met de leerkracht en met anderen goed moet zijn. Een besloten ruimte geeft de leerling vaak een gevoel van veiligheid. Zorg ervoor dat er zo min mogelijk gestoord wordt tijdens de activiteit.

3.4.2 Acceptatie

Uit de houding van de leerkracht moet duidelijk blijken dat hij/zij de leerling volledig accepteert, zodat die zich veilig voelt. Ook zal hij tolerant en ondersteunend moeten zijn en niet prestatiegericht. De leerkracht probeert zich in te leven in de leerling en zich voor te stellen wat hij/zij nodig heeft.

Negatief gedrag van de leerling kan genegeerd of positief omgevormd worden. Vaak heeft een leerling het gedrag aangeleerd als reactie op een situatie. Deze situatie moet doorbroken worden. Dit kan door de leerling te richten op een heel ander aspect, bijvoorbeeld meer op de beleving, het gevoel dan op de interactie, sociale relaties. Wees wel duidelijk en geef grenzen aan als dit nodig is.

3.4.3 Tijd

Resultaat/reactie komt vaak pas na een tijdje. Wacht op de reactie van de leerling. Hier is vaak meer tijd voor nodig en neem deze tijd ook. Dit kan variëren van enkele minuten tot een aantal weken.

Geef de moed niet te snel op, maar probeer een andere ingang te vinden, of door eindeloze herhaling contact met de leerling te krijgen.

Rooster een bepaalde tijd per week in voor muziekactiviteiten, zodat het een vaste plek krijgt in het onderwijs en zodat de leerlingen er naar toe kunnen leven.

Houd rekening met het tijdstip en de tijdsduur van de muziekactiviteit, de leerlingen moeten voldoende energie hebben om mee te doen. Een half uur tot 3 kwartier gereserveerde tijd is meestal genoeg om de energie en aandacht van de leerlingen vast te houden.

Vaak is 1 simpele activiteit per keer voldoende en zijn er daarbinnen steeds meer mogelijkheden te ontdekken om de leerlingen te begeleiden in het bereiken van het gestelde doel.

3.4.4 Overzichtelijkheid

De omgeving moet rustig en overzichtelijk zijn. Te veel afleidende prikkels van overbodige materialen en omgevingsgeluiden veroorzaken onrust en spanning. Ook de muzikale structuren en opdrachten moeten eenvoudig en overzichtelijk gehouden worden.

3.4.5 Structuur

Aan het onvermogen van de cliënt om structuur in zijn wereld aan te brengen, kan met behulp van muziek tegemoet gekomen worden. De duidelijke structuur van de muziek zelf en van de muzikale activiteiten geven de cliënt houvast, overzicht en veiligheid en kunnen als voorbeeld dienen voor zijn eigen wereld.

Voor het aanbrengen van structuur kan gebruik worden gemaakt van pictogrammen of fotomateriaal en van vaste begin- en eindliedjes. (Voorbeelden hiervan zijn te vinden in Bijlage 3: Voorbeeldliedjes)

3.4.6 Non-verbale uitdrukkingvormen

Omdat voor veel leerlingen communiceren d.m.v. taal erg moeilijk is, moet er gelet en gereageerd worden op eventuele andere signalen, bijvoorbeeld uitstraling, houding en gezichtsuitdrukking.

Door de leerlingen aan te raken heb je vaak meer ingang en contact, omdat ze dan de werkelijkheid 'voelen'. Verder zijn oogcontact, lichamelijke nabijheid en nabijheid van de muziek belangrijk, zodat de activiteit meer ingang heeft bij de leerling.

3.4.7 Aansluiten bij ontwikkelingsniveau en mogelijkheden

Zoek naar de mogelijkheden van de leerling om met de activiteit mee te doen. Een instrument kan op verschillende manieren gebruikt worden, een leerling zou bijvoorbeeld i.p.v. met de handen een trommel met de voeten kunnen bespelen. Als een leerling niet kan wijzen naar een ander, kan hij/zij misschien wel een naam noemen of naar de bedoelde persoon kijken.

Sluit aan bij het niveau van de leerling. Dit niveau kan uitlopen van baby/peuter tot bijna volwassene. De muzieksoort of de spelmanieren die een leerling leuk vindt, hangen hier erg mee samen.

De houding van een leerling maakt al veel verschil in hoe hij/zij een activiteit ervaart. Er kan, afhankelijk van de activiteit, gekozen worden voor een staande, zittende, liggende of lopende houding.

3.4.8 Uitnodigende muzikale activiteiten

Activiteiten die uitnodigen om mee te doen, zorgen voor een optimale motivatie. Leerlingen kunnen uitgelokt worden door gezamenlijk te spelen, voor en na te doen, imitatie van het muziekspel van de leerling of ongebruikelijke spelmanieren. Een uitgebreidere beschrijving van activiteiten is te vinden in paragraaf 3.5.2 Activiteiten.

3.4.9 Afwisseling van drukke en rust

De afwisseling van drukke en rustige activiteiten voorkomt stress en frustratie bij de leerlingen. De inspanning van het actief muziek maken moet tijdig afgewisseld worden met luisteren naar muziek of het maken van ontspanningsmuziek.

Voorwaarden voor rustige activiteiten

Een ruimte kan rust krijgen door de gordijnen te sluiten en sfeerlichten aan te doen. Dit geeft vaak een dromerige sfeer.

Een andere manier is het afschermen van de ruimte met kamerschermen, zodat er minder prikkels zijn, maar wel daglicht is.

Bij een rustige activiteit is het belangrijk dat de aanbieder zelf ook rustig handelt.

Neem voor een rustige, maar wel actieve activiteit zacht klinkende instrumenten, waar leerlingen zelf op kunnen spelen.

Bij een passieve activiteit kan er geluisterd worden naar een rustige CD, waarbij meegezongen of bewogen kan worden. Ook kan de leerkracht zelf iets spelen of zingen voor de leerlingen.

Voorwaarden voor drukke activiteiten

Genoeg licht is nodig om een actieve sfeer te scheppen. Vooral daglicht is belangrijk. Ook moet de ruimte niet al te warm zijn.

Drukke, actieve activiteiten kunnen gebruikt worden om de leerlingen op te peppen en actief te laten worden, maar ook als zij te veel energie over hebben.

Het is goed als de activiteit als volgt is opgebouwd: (rustig), druk, rustig, zodat de activiteiten op een rustige manier worden afgesloten en de leerlingen even de tijd krijgen om tot zichzelf te komen. Hiervoor kan ook een rustig eindlied gebruikt worden.

3.5 Praktische doelstellingen en activiteiten

3.5.1 Doelstellingen

Voorafgaand aan het aanbieden van een muziekactiviteit wordt er een doel of doelen gesteld waaraan gewerkt wordt. Het is goed mogelijk dat er gedurende een periode aan hetzelfde doel gewerkt wordt. Daarna wordt er een activiteit gekozen waarmee aan dat doel/die doelen gewerkt kan worden.

Mogelijke doelstellingen:

- A. Contact maken met elkaar**
- B. Gezamenlijkheid ervaren**
- C. Ontspanning**
- D. Uitingsvormen bieden (verbaal en non-verbaal)**
- E. Plezier beleving**
- F. Eigen initiatieven stimuleren**
- G. Geheugentraining**
- H. Sociale vaardigheden trainen**

Dit kan bij alle soorten activiteiten. Er kan aan verschillende sociale vaardigheden gewerkt worden, bijvoorbeeld:

- **Kiezen:** De leerlingen kiezen of ze willen spelen en op welk instrument. Hen kan geleerd worden om te antwoorden met 'ik' en op hun borst te wijzen.

- *Luisteren naar elkaar:* Als de ander speelt of praat, wordt er geluisterd. Dit kan duidelijk aangegeven worden door een hand bij je oor te houden.
- *Antwoord geven:* Bijvoorbeeld door taal of gebaren te gebruiken.
- *Etc.*

3.5.2 Activiteiten

Hieronder volgen een aantal algemene spelvormen voor een muziekactiviteit, waarna per categorie instrumenten voorbeelden van activiteiten in klassenverband gegeven worden. De activiteiten zijn niet volledig uitgewerkt, maar er worden handreikingen gedaan voor de muziekactiviteiten in de klas. Er kunnen altijd combinaties en veranderingen ingevoerd worden.

Per onderdeel zijn de doelen aangegeven waaraan d.m.v. de activiteit gewerkt kan worden. De letters die genoemd staan, verwijzen naar de hierboven genoemde doelstellingen.

Algemene spelvormen

- *Improvisatiespel:*
 - o *Alleen spelen:* dit stimuleert het zelfbesef van de leerling. Dit is wel een spannende activiteit voor faalangstige of verlegen leerlingen.
 - o *Samen op 1 instrument:* dit stimuleert het onderlinge contact (tussen leerlingen en/of leerkracht)
 - o *Gelijktijdig spelen:* dit is een veilige activiteit, waarin een leerling op kan gaan in de groep en wat een saamhorigheidsgevoel oproept.
 - o Er kan tijdens het spelen gevraagd worden of bepaalde leerlingen harder willen spelen of juist even willen stoppen.
 - o *Na elkaar invallen:* een leerling begint, daarna speelt degene ernaast mee, enz.
- *Vraag-antwoordspel op 2 instrumenten (=om beurten spelen):* als dit te moeilijk is kan er begonnen worden met 1 stokje dat steeds overgegeven moet worden naar de ander.
- *Meespelen met een liedje* (maak eventueel gebruik van liedjeskaarten) *of met een CD.*
- *Doorgeven van instrumenten:* om het contact te stimuleren kunnen leerlingen het instrument doorgeven aan een ander na elk spel ('Wie is er nog niet aan de beurt geweest?').

Trommelspel (doel A, B, C, D, E, F)

Gebruik van 1, 2 of meerdere trommels.

- *Improvisatiespel*
- *Vraag-antwoordspel*
- *Meetrommelen met een liedje of met een CD.*
- *Naspelen van dieren:* het stampen van een olifant of glijden van een slang, etc.
- *Oceandrum* (trommel met kogeltjes erin): dit geeft een gevoel van stromend water.
- *Vreemde materialen:* trommelen op limonadeflessen, (schoenen)dozen, keukengereedschap, etc.
- *Kleine voorwerpen* (balletjes, fiches van een vlooienspel, rijst) laten vallen op een trommel. Door op de trommel te slaan, springen de voorwerpen omhoog.
- *Voelen van de trillingen:* een hand, voet of gezicht op de trommel leggen. Leerlingen die vooral lichamelijk gericht contact maken, kun zo bereikt worden.

Kleine instrumentjes (doel A, B, C, D, E, F, G)

Gebruik van 1, 2 of meerdere instrumentjes (triangel, bellenkrans, rasp, claves, etc.)

- *Improvisatiespel*
- *Vraag-antwoordspel*
- *Meespelen met een liedje of CD*

- *Geheugenspel*: Leg ongeveer 6 instrumentjes neer en zeg hoe de instrumentjes heten. Laat ze allemaal een keer horen. Daarna moet iedereen zijn ogen dicht doen en wordt er 1 instrumentje weggehaald. Vervolgens raden de leerlingen welk instrumentje weg is. Eventueel kan ook een leerling een instrumentje weghalen. Lukt het niet om het te raden dan kan het geluid nog eens herhaald worden (zonder het instrument te laten zien). Hierin zijn veel variaties mogelijk.

Klankstaven (doel A, B, C, D, E, F)

Gebruik van een *aantal klankstaven* die mooi bij elkaar klinken. Mogelijke combinaties: C-E-G-C, F-A-C of G-B-D.

- *Improvisatiespel*
- *Doorgeven van de klankstaaf*

Xylofoons (doel A, B, C, D, E, F)

Gebruik van *twee xylofoons* (of klokkenspelletjes).

- *Improvisatiespel*
- *Doorgeven van de xilofoon*

Harp/citer/gitaar spelen (doel A, B, C, D, E, F)

- *Improvisatiespel*

Liedjes zingen (doel A, B, C, E, F, G)

- *Met CD*: leerlingen kunnen uit een boek, behorend bij een CD, een plaatje uitkiezen dat staat voor een liedje. Dit liedje kan vervolgens gezongen worden met de CD mee. Na het zingen kan gevraagd worden wie wil kiezen of het boek kan doorgegeven worden aan een ander.
- *Met liedjeskaarten*: gebruik van ansichtkaarten/foto's met een afbeelding van een bepaald liedje. Voorbeelden:
 - o poes = poesje mauw
 - o beren = 'k zag twee beren
 - o auto = rijden in een wagentje
 - o eendjes = alle eendjes zwemmen in het water
 De leerlingen kunnen om beurten een kaart kiezen en het liedje kan met of zonder (gitaar)begeleiding gezongen worden.
- *Met gebaren/bewegingen*: door de liedjeskaarten te selecteren op lichaamliedjes kan er meer contact en beleving ontstaan. Voorbeelden:
 - o Papegaaitje leef je nog
 - o Op een grote paddestoel
 - o Zo gaat de molen
 - o Berend Botje ging uit varen
 - o Een treintje ging uit rijden
- *Meespelen met kleine instrumentjes*
- *Memorie met liedjes*: dubbele kaarten worden omgekeerd neergelegd. De hoeveelheid kaarten worden aangepast aan het niveau en het aantal deelnemers. Het spel wordt volgens memorieregels gespeeld (of enigszins aangepast) en als twee kaarten bij elkaar gevonden zijn wordt dat liedje gezongen.
- *Zingen in een emmer*: dit versterkt het geluid en geeft een grappig effect.

Liedjes spelen met 'imaginaire' instrumenten (doel B, C, D, E)

Als de leerlingen te sterk geprikkeld worden door instrumenten of voorwerpen en hier agressief van worden, kan er gekozen worden voor het spelen met 'imaginaire' of 'nep'instrumenten. Bij een bestaand liedje kan er net gedaan worden alsof de leerlingen bijv. een trompet hebben, waarmee meegespeeld wordt. Met de stem wordt dan het instrument nagedaan.

Hierin kan ook afgewisseld worden door een leerling een solo te geven, te variëren in hard en zacht, etc.

In bijlage 3: Voorbeeldliedjes is een liedje te vinden ('Goeiemorgen, hé, hé') dat ontwikkeld is voor dit doel. Bij deze activiteit zijn de leerlingen minder gericht op de interactie, sociale relaties en meer op de beleving en expressie, wat hen meer eigenwaarde en zelfvertrouwen kan geven.

Muziek maken naar aanleiding van een verhaal (doel C, D, E, G)

Er kan een kort verhaaltje voorgelezen of verteld worden. Naar aanleiding van dit verhaal kiezen de leerlingen instrumenten om het verhaal uit te spelen en meer te beleven.

CD beluisteren (doel A, B, D, E)

- *Pittenzakjes*: terwijl de CD aanstaat wordt er een pittenzak in de kring overgegooid (regels: naar buik gooien, niet naar hoofd) tot de muziek stopgezet wordt. Wie de zak heeft mag een liedje noemen (eventueel met behulp van de liedjeskaarten). Als dat liedje gezamenlijk gezongen is gaat het spel weer verder.
- Het spel kan bemoeilijkt worden door twee pittenzakjes te gebruiken. Dan moeten de leerlingen nog beter opletten voor het vangen (dat maakt ze wakkerder). Hierna moeten ze samen een liedje uitkiezen (d.m.v. overleg).
- Het gebruik van *ballonnen*: tijdens de muziek worden ballonnen opgeblazen, leeg laten lopen, laten piepen, overgegooid, etc.
- *Snoezelactiviteiten*:
 - o Door *ballonnen* kan de muziek *gevoeld* worden.
 - o *Bellen blazen* tijdens de muziek.
 - o Luisteren naar muziek, met extra *sfeerlichtjes*, etc.
 - o *Muziekspelenbad*: een heleboel instrumenten waar de leerlingen mee kunnen spelen tijdens de muziek.
- *Rolstoelrijden*: met de rolstoelen tijdens de muziek door de ruimte rijden op verschillende manieren, bijvoorbeeld slingerend of achterste voren.

Andere spelvormen

- *Bekken*: Ballen hier tegenaan gooien, geeft veel geluid. Andere manier van spelen: twee tegen elkaar of met een stokje tegen het bekken.
- *Kraakmaterialen*: papier en plastic laten voelen en ondertussen liedjes zingen.
- *Watermusic*: met een rietje in een bak met water zingen.
- Gebruik van *spannende instrumenten*: kazoo, schuiffluit, etc.
- *Flessen met inhoud*

3.5.3 Gebruik van activiteitenboeken

Bij het aanbieden van een muziekactiviteit kan ook gebruik worden gemaakt van bestaande activiteitenboeken. In deze boeken zijn de activiteiten vaak volledig uitgewerkt.

Voorbeelden van activiteitenboeken:

- Wijck, I. van, Voet in de jungle
- Storms, G., Het muziekspelenboek

3.6 Verslaglegging

Tijdens de muziekactiviteiten zullen er wellicht aspecten van de leerlingen naar voren komen die in andere lessen niet gezien worden. De leerkracht zal vooral moeten letten op de non-verbale uitingen van de leerling, wat juist de kracht is van de muziek.

Het is goed als na de activiteit kort verslag gelegd wordt. Hierbij moet gelet worden op de volgende punten:

- **Datum**
- **Wat was het doel?**
- **Activiteit**
- **Verloop**
 - o Observatie
Wat heb je gezien/gehoord?
 - o Interpretatie
Hoe zou je dat kunnen verklaren?
- **Conclusies**
Hoe is er aan het doel gewerkt?
- **Aandachtspunten**

3.7 Nazorg en ondersteuning

Er moeten afspraken gemaakt worden over de mogelijkheden die er zijn om nazorg en ondersteuning te verlenen aan de leerkrachten in het begeleiden van de leerlingen door middel van muziekactiviteiten in de klas.

Mogelijke vormen van nazorg en ondersteuning kunnen zijn:

- Vervolgtraining door de muziektherapeut
- Aanwezigheid van de muziektherapeut bij de muziekactiviteiten, op aanvraag of periodiek
- Bespreken van video-opnames door de leerkrachten en muziektherapeut
- Mogelijkheden voor het vragen van mondelinge of schriftelijke adviezen

3.8 Evaluatie van de training

In dit laatste onderdeel van de training is er ruimte voor vragen en opmerkingen van de leerkrachten. Verder is het belangrijk om de volgende punten aan de orde te laten komen:

- Hoe is de training door de leerkrachten ervaren?
- Zijn alle onderdelen van de training voldoende aan bod gekomen?
- Over welke onderdelen van de training zijn de leerkrachten tevreden en waar hebben zij veel van geleerd?
- Zijn er punten die verbeterd moeten worden?
- Hebben de leerkrachten voldoende handvaten gekregen om hun leerlingen te begeleiden door muziekactiviteiten in hun klas aan te bieden?

4.1 Sheets

Bij het onderdelen van de training aan de leerkrachten die gaan over de *informatie over muziektherapie en basishouding en basisprincipes* kan gebruik worden gemaakt van sheets. In bijlage 1: Sheets zal de betreffende informatie zo weergegeven worden dat het rechtstreeks is te gebruiken als het wordt gekopieerd op sheets.

4.2 Videomateriaal

Het is mogelijk om videomateriaal te gebruiken bij de training en ondersteuning aan de leerkrachten. Hiervoor kan eigen materiaal van de muziektherapeut gebruikt worden of het voorbeeldmateriaal dat tot stand is gekomen door het verlenen van muziektherapie in een klas op de Rehobothschool voor speciaal onderwijs op reformatorische grondslag te Ede, als invulling van de onderzoeksstage die is uitgevoerd voor de opleiding Creatieve Therapie. De gegevens van deze video zijn niet bedoeld voor vermenigvuldiging of voor algemeen openbaar gebruik, daarom is ervoor gekozen om de video alleen beschikbaar te stellen aan de muziektherapeut die daadwerkelijk training en ondersteuning wil gaan geven. Indien de muziektherapeut gebruik wil maken van dit videomateriaal dient hij/zij daarvoor contact op te nemen met ondergetekende.

4.3 Trainingsreader voor de leerkrachten

Aan de leerkrachten zal ter informatie een reader gegeven kunnen worden (zie paragraaf 3.1). De inhoud van de punten 2 – 5 kan overeenkomen met de paragrafen 3.4 - 3.7 (op sommige punten gewijzigd).

Voor de definitie van muziektherapie kan gebruik worden gemaakt van de informatie in bijlage 2: Definitie van muziektherapie.

4.4 Informatie over de auteur

De auteur van deze handleiding volgt de opleiding Creatieve Therapie aan de Hogeschool van Utrecht te Amersfoort en is daarnaast werkzaam als muziektherapeut bij Stichting De Rozelaar, een protestants-christelijke stichting voor mensen met een verstandelijke beperking.

Voor nadere informatie over de onderwerpen in deze handleiding kunt u contact opnemen met:

Laurine Ebbers
Leeuwerikstraat 7
3853 AA ERMELO
0341-556505
laurine.ebbers@filternet.nl

Stichting De Rozelaar
Rozenstraat 9
3771 MA BARNEVELD
0342-413334 (alleen op dinsdag)

Boeken

- Bruijn, M. de, Muziektherapie op maat, Intro, Nijkerk, 1994
- Burg, W. ter, Meer met muziek: muziek als orthopedagogisch medium, Intro, Nijkerk, 1985
- Nordoff, P. e.a., Muziektherapie voor gehandicapte kinderen, De Gooise uitgeverij, Bussum, 1980
- Sanders, E., I. van der Wijden, Voet in de jungle, Intro, Baarn, 1999
- Smeijsters, H., Handboek Creatieve Therapie, Coutinho, Bussum, 2000
- Wijck, I. van, Het muziekspeelboek, Intro, Baarn, 1995
- Yalom, I.D., Groepspsychotherapie in theorie en praktijk, Van Loghum Slaterus, Deventer, 1978

Artikelen

- Drift, I. van der, 'Haalbare doelstellingen', 'De kunst van het beperken', TvCT 1997-1, p.3-7
- Ebbers, L.J., 'Muziek beïnvloedt mensen', Daniël, jongerenblad van de Jeugdbond Gereformeerde Gemeente, 2004, 3, p.7-10

Overigen

- Beroepsprofiel van de muziektherapeut, NVCT, Utrecht, 1999
- Ebbers, L.J., Activiteitenmap muziek, De Rozelaar, Barneveld, 2004
- Maas-Bink, M., Activiteitenmap muziek, De Rozelaar, Barneveld, 2003
- Schoolgids van de Stichting voor Speciaal Onderwijs op Gereformeerde Grondslag in de regio Veluwe, Ede, 2004

INFORMATIE OVER MUZIEKTHERAPIE

1. Algemene definitie

2. Uitgangspunten

Geen muziekles

Begeleiding of behandeling

Karakter van muziektherapie

Non-verbale therapie

Individuele of groepstherapie

Muziektherapie in het speciaal onderwijs

3. Doelstellingen

4. Muziektherapeutische modellen en werkwijzen

Theoretische modellen

Werkwijzen

5. Basishouding en basisprincipes

6. Gebruikte werkvormen

7. Muzikale componenten

8. Sociale componenten

9. Instrumenten/materialen

10. Mogelijkheden en beperkingen

BASISHOUDING EN BASISPRINCIPES

- 1. Veiligheid en vertrouwen**
 - 2. Acceptatie**
 - 3. Tijd**
 - 4. Overzichtelijkheid**
 - 5. Structuur**
 - 6. Non-verbale uitdrukkingsvormen**
 - 7. Aansluiten bij het ontwikkelingsniveau en mogelijkheden**
 - 8. Uitnodigende muzikale activiteiten**
 - 9. Afwisseling van drukte en rust**
-

PRAKTISCHE DOELSTELLINGEN EN ACTIVITEITEN

- 1. Contact maken met elkaar**
 - 2. Gezamenlijkheid ervaren**
 - 3. Ontspanning**
 - 4. Uitingsvormen bieden (verbaal en non-verbaal)**
 - 5. Plezier beleving**
 - 6. Eigen initiatieven stimuleren**
 - 7. Geheugentraining**
 - 8. Kiezen**
-

VERSLAGLEGGING

- Datum
 - Wat was het doel?
 - Activiteit
 - Verloop
 - Observatie
Wat heb je
gezien/gehoord?
 - Interpretatie
Hoe zou je dat
kunnen verklaren?
 - Conclusies
Hoe is er aan het doel
gewerkt?
 - Aandachtspunten
-

BIJLAGE 2: DEFINITIE VAN MUZIEKTHERAPIE

Definitie van muziektherapie

Wie bekend is in de Bijbel, kent zeker het verhaal van koning Saul en David: toen koning Saul verschrikt werd door een boze geest, zocht hij een man die goed kon harpspelen, zodat het beter met hem zou worden.

'En het geschiedde als de geest Gods over Saul was, zo nam David de harp en hij speelde met zijn hand; dat was voor Saul een verademing, en het werd beter met hem en de boze geest week van hem.' (1 Samuël 16 vers 23)

In het verlenen van muziektherapie gaat het niet om het verdrijven van geesten, maar uit dit voorbeeld is wel te zien dat muziek een grote invloed op psychisch zieke mensen kan hebben.

Doelbewust therapeutisch inzetten

In het werk als muziektherapeut (Creatief Therapeut Muziek) staat het geven van therapie door middel van muziek centraal. Muziek kan helpen bij het oplossen van problemen in verschillende soorten van de geestelijke gezondheidszorg en daarbuiten.

Mensen kunnen positief beïnvloed worden door de muziek. De muziek kan dan als het ware werken als een mogelijkheid om te communiceren. Het wordt ook wel een non-verbale therapie genoemd, in tegenstelling tot de verbale - 'praat-' - therapieën.

Voor mensen die zich niet zo goed met woorden kunnen uiten, maar wel door middel van muziek met een ander kunnen communiceren, is dit natuurlijk een heel goede oplossing. Er komt vaak een ongedwongen sfeer als je samen muziek maakt. In die veilige sfeer kan gewerkt worden aan problemen.

De verschillende problemen waaraan gewerkt kan worden in muziektherapie, zijn:

- *Uitbreiden van contactmogelijkheden en sociale vaardigheden:* als iemand erg in zichzelf gekeerd is, geen contact met anderen maakt of juist on sociaal gedrag vertoont en zeer dominant aanwezig is.
- *Emotionele problematiek:* als iemand het moeilijk vindt om gevoelens te benoemen en te uiten, als iemand depressief is of faalangst heeft.
- *Dementie:* acceptatie van het achteruitgaan van de verstandelijke vermogens en het zoeken naar wat men nog wel kan.
- *Concentratieproblematiek:* om de spanningsboog te vergroten en te oefenen om de aandacht te richten op een activiteit

Gebruikte soorten muziek

Er zijn veel verschillende muziekvormen die gebruikt kunnen worden in muziektherapie. Een muziektherapeut past zich aan de doelgroep aan. Ouderen kennen vaak geen moderne muziek, hen spreken vaderlandse of oude liedjes vaak meer aan. Jongeren worden vaak niet aangesproken door klassieke muziek, maar door andere soorten. Kinderliedjes met bewegingen en gebaren zijn heel geschikt bij kinderen en verstandelijk gehandicapten.

In muziektherapie wordt heel veel gebruik gemaakt van improvisaties. Vaak zijn deze helemaal vrij, dus niet gebonden aan muzikale kwaliteit, maar therapeutisch heel goed bruikbaar. Je kunt dan je gevoel er beter in leggen en veel meer van jezelf laten zien. Er wordt gebruik gemaakt van veel soorten instrumenten, maar vooral de piano is een breed inzetbaar instrument.

Een andere vorm is het kiezen en zingen van liedjes door middel van een plaatjesboek of kaarten. Hierbij kunnen gebaren en bewegingen gemaakt worden. Soms wordt er alleen geluisterd naar CD's en is dit aanleiding tot een gesprek. Een andere keer wordt er met de CD meegezongen of meegespeeld. In het algemeen geldt dat er rekening wordt gehouden met de achtergrond en interesses van de individuele cliënt.

In muziektherapie wordt niet zomaar muziek gemaakt om mensen bezig te houden, maar altijd worden de doelen waar de cliënt aan werkt, in het oog gehouden. Zo kan er het meest effectief gewerkt worden. Wat voor doelen er gesteld worden en op welke manier er dus gewerkt wordt, ligt aan de problematiek van de cliënt. Doelstellingen kunnen o.a. liggen in de volgende gebieden: het nemen van initiatieven, maken van keuzes, durven benoemen en spelen van emoties, etc.

Het is niet zo dat er helemaal niet gepraat wordt in deze therapie. Soms wordt met woorden het verband met het dagelijks leven gelegd, zodat de therapie ook buiten de therapieruimte invloed heeft en met goed gevolg afgesloten kan worden.

Weet je wat ik zingen ga

C F C F
 Weet je wat ik zin- gen ga, luis- ter maar. Weet je wat ik
 C G C
 zin- gen ga, een lied- je o- ver jou.,, een
 G C G C
 lied- je o- ver jou.,, een lied- je o- ver jou.

Tot de volgende keer

G D
 Tot de vol- gen- de keer. Tot de vol- gen- de
 G C G D G
 keer. Dag, dag, Tot de vol- gen- de keer.

Goeiemorgen, hé, hé

Goe- ie- mor- gen, hé, hé, Goe- ie- mor- gen ho.

le- der- een is hier, van je doe- bie doe- bie dee- hee.

Zul- len we gaan, met - el- - kaar. Doe- bie doe- bie

doe- bie doe- bie dee.

Spelsuggesties:

Dit lied kan in allerlei variaties gezongen worden:

- Zullen we gaan zingen met elkaar - la, la, la
- Zullen we gaan spelen op de trom - rommeldebom
- Zullen we gaan spelen op de gitaar - pling, pling
- Zullen we gaan zingen als een koe - boe, boe, boe
- Etc.