

Muziek met het gezin

Methodische uitgangspunten voor
muzikale activiteiten
met gezinnen in asielzoekerscentra

GROOT PP

Door: Nadine Spigt

V4 muziek, 1521580

Consulent: Jaap Driest

Beoordelaar: Huub Notermans

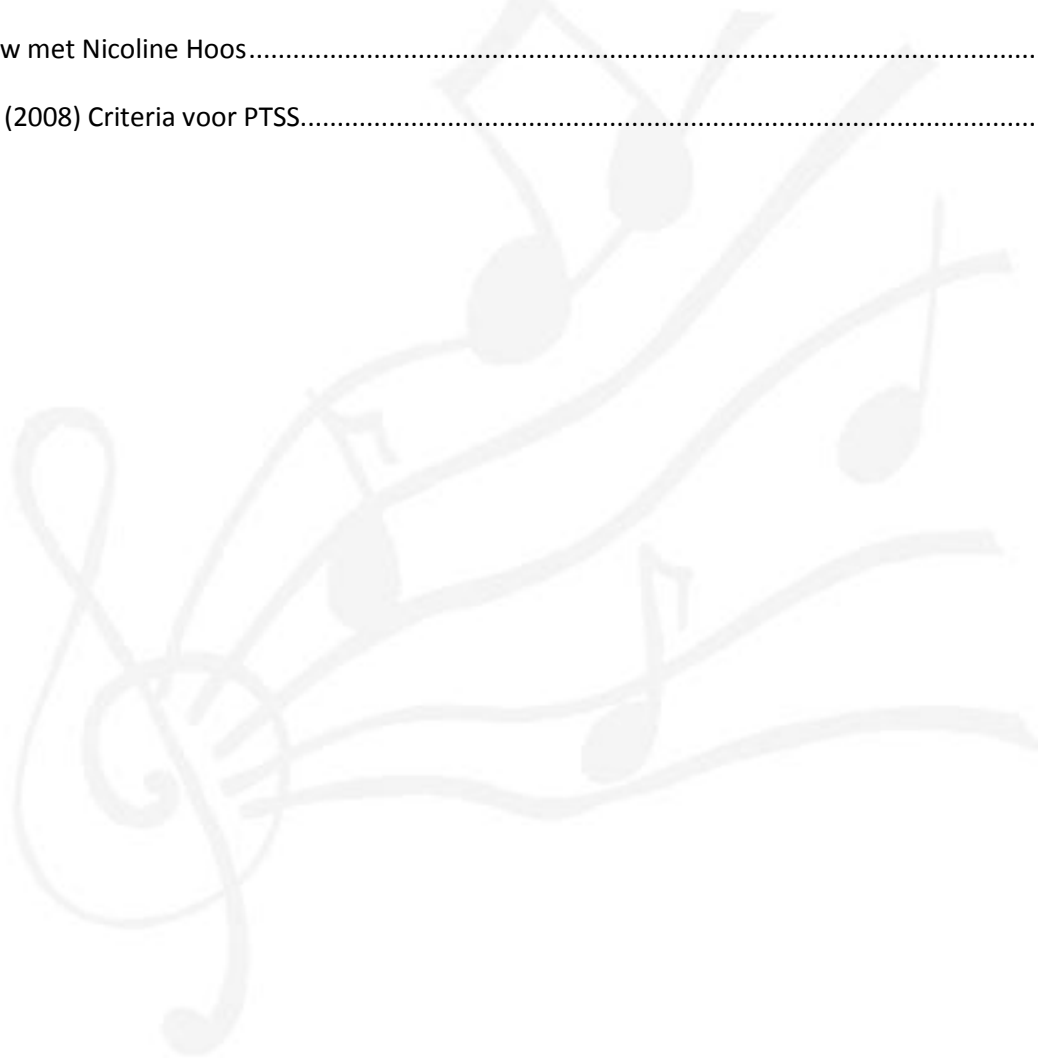


Inhoudsopgave

Inhoudsopgave.....	2
1 Inleiding.....	6
1.1 Leeswijzer.....	9
2 Muziektherapie met vluchtelingen	10
3 Muziektherapie met gezinnen	13
4 Doelgroepbeschrijving	19
5 Voorwaarden voor deelname	21
6 Doel	23
7 Uitgangspunten.....	26
8 Attitude van de begeleider	34
9 Intakeprocedure.....	39
10 Fasering en tijdsduur van de methode	40
11 Uitvoering	43
11.1 Voorbereiding	43
11.2 Activiteiten voor de kennismakingsfase	45

11.3	Activiteiten voor de hoofdfase	48
11.4	Activiteiten voor de afrondingsfase	55
12	Voorwaarden voor de uitvoering	56
12.1	Ruimte	56
12.2	Instrumenten.....	56
12.3	Supervisie	58
12.4	Financiën	58
12.4.1	Loon uitvoerder van methode.....	58
12.4.2	Supervisie	59
12.4.3	Instrumenten.....	59
12.5	Training.....	60
13	Voorwaarden ten aanzien van de begeleider	61
14	Evaluatie	63
15	Slotwoord	66
16	Bronnen.....	68
Bijlage 1.	Uitwerking van activiteiten	72
Bijlage 2.	Gesprekken met gezinnen in azc Burgum.....	100
Bijlage 3.	Interview met medewerkster van het COA	102

Bijlage 4. Gesprek met methodiekmaakster van de Vrolijkheid.....	104
Bijlage 5. Gesprek met workshopleider van ouder-kind project.....	105
Bijlage 6. Interview met Nicoline Hoos.....	106
Bijlage 7. DSM-IV (2008) Criteria voor PTSS.....	108





1 Inleiding

Op verzoek van Stichting de Vrolijkheid heb ik onderzocht aan welke uitgangspunten een methode moet voldoen waarmee muzikale activiteiten ondernomen kunnen worden met gezinnen die in asielzoekerscentra (azc's) wonen. De doelgroep is daarbij specifiek het gezin in plaats van - meer gangbaar - het kind. Voor kinderen in azc's worden relatief gezien al veel plezierige en zinvolle activiteiten aangeboden door de Vrolijkheid. Inmiddels is er een ouder-kind-methodiek ontwikkeld om ook iets te kunnen betekenen voor het gehele gezin dat zich in een weinig plezierige, zinvolle of ontspannende, zeg maar gerust: moeilijke, situatie bevindt. Deze situatie heeft niet alleen zijn weerslag op elk gezinslid persoonlijk, maar ook het gezin als geheel wordt getroffen in zijn veerkracht en ontwikkeling.

De Vrolijkheid heeft al verscheidene creatieve projecten uitgevoerd met gezinnen op het gebied van tuin- en beeldende activiteiten, maar heeft de wens ook muzikale projecten met gezinnen te kunnen uitvoeren. Muziek maken is een vorm van interactie en communicatie die plezierig en ontspannend kan zijn, en daarnaast ook leerzaam en therapeutisch. Deze laatste twee aspecten van muziek zijn voor de bedoelde methode niet aan de orde: de Vrolijkheid werkt niet vanuit een behandelvisie maar vanuit het aanbieden van vrolijke, plezierige activiteiten die bewoners van azc's kunnen steunen in hun huidige bestaan.

Zelf heb ik een muziektherapeutische achtergrond. Ten behoeve van de gewenste methode zal ik mijn kennis, ervaring en inzicht inzetten om te beschrijven hoe, op een verantwoorde en veilige manier, plezierige en ontspannende muzikale activiteiten aangeboden kunnen worden aan gezinnen in azc's. De bedoeling is dat daarmee hun veerkracht gestimuleerd wordt, zonder te werken aan eventuele trauma's of ontwikkelingsdoelen.

Muziek maken met gezinnen in azc's is voor zover ik heb kunnen ontdekken een onbeschreven terrein. Er is wel geschreven over muziektherapie met vluchteling-gezinnen, maar het specifiek niet-therapeutische doel van de in dit geval gewenste methode heb ik nergens beschreven gevonden. De literatuur en ervaring waarop ik me hier gebaseerd heb, is echter veelal therapeutisch. Enerzijds komt dat omdat ik weinig tot geen niet-therapeutische literatuur (en eigen ervaring) kon vinden, maar anderzijds ook omdat ik juist door

therapeutische literatuur een inschatting kon maken van welke aspecten er allemaal spelen in het werken door middel van muziek met deze doelgroep. Ik heb op basis van de literatuur een duidelijk beeld kunnen krijgen van de voorwaarden waaronder gewerkt moet worden om een veilige, plezierige situatie te kunnen creëren waarin er expliciet niet gerefereerd moet worden aan pijnlijke, moeilijke en/of traumatische gebeurtenissen.

De achtergrond van deze doelgroep is per definitie veelbewogen en vaak traumatisch. Het interactieve en communicatieve aspect van muziek maakt dat muziek een uitgelezen middel is om met gezinnen te werken, maar daarnaast is muziek ook een medium waarmee bedoeld of onbedoeld gevoelens en emoties gemakkelijk losgemaakt worden. In een methode waarin plezier en ontspanning ten doel gesteld worden, is het zaak om te vermijden dat angst, verdriet en rouw opgeroepen worden door de muzikale activiteiten. Indien deze gevoelens onbedoeld wél opgeroepen worden, moet hier ook adequaat mee omgegaan kunnen worden door de begeleider van een dergelijke methode. In de opleiding tot muziektherapeut worden precies deze vaardigheden onderwezen en geoefend: enerzijds het kunnen aanbieden van passende muzikale activiteiten, en anderzijds de veiligheid van de situatie waarborgen. Dit betekent dat muziektherapeuten competent zijn in het inschatten en omgaan met kwetsbare situaties, en daarnaast ook adequate interventies kunnen plegen als situaties uit de hand (dreigen te) lopen.

In deze beschrijving van methodische uitgangspunten zal ik de volgende onderwerpen beschrijven:

- Doelgroepbeschrijving
- Voorwaarden voor deelname
- Doel van de methode
- Uitgangspunten
- Attitude van de begeleider
- Intakeprocedure
- Fasering en tijdsduur van de methode
- Uitvoering
- Voorwaarden voor de uitvoering

- Voorwaarden ten aanzien van de begeleider
- Evaluatie

Allereerst zal ik echter beschrijven hoe er binnen de muziektherapie met vluchtelingen, en hoe er met gezinnen wordt gewerkt. Dit is de basis van waaruit ik vervolgens de bovenstaande onderwerpen van de methodische uitgangspunten zal beschrijven.

Alhoewel de door de Vrolijkheid gewenste methode dus geen therapeutisch doel heeft, zijn de competenties die nodig zijn om zo'n methode succesvol te kunnen aanbieden, wel die van een muziektherapeut of 3^e jaars muziektherapie stagiaire. Op verzoek van de Vrolijkheid zal ik op basis van de door mij beschreven methodische uitgangspunten, na mijn afstuderen, een pilot uitvoeren. Op basis van deze pilot en de evaluatie daarvan, zal ik een definitieve methode beschrijven. Ook zal ik samen met mijn begeleidster van dit afstudeerproject, Janou Sipsma, methodiekmaakster van de Vrolijkheid, gezamenlijk een training schrijven voor nieuwe begeleiders van deze methode. Ik hoop dat deze methode zal leiden tot plezier en ontspanning voor de deelnemende gezinnen: dat wens ik ze toe!

1.1 Leeswijzer

Om tot deze beschrijving van methodische uitgangspunten te komen heb ik een uitgebreid literatuuronderzoek gedaan. Op verzoek van de Stichting de Vrolijkheid, heb ik niet alleen beschreven hoe een mogelijke methode op basis van de literatuur uitgevoerd zou kunnen worden, maar ook waarom het gewenst is de methode op deze wijze uit te voeren.

Janou Sipsma, methodiekmaakster van de Vrolijkheid en begeleidster van dit project, vindt het namelijk belangrijk dat toekomstige uitvoerders van de methode inzicht wordt geboden in waarom zij de methode op de beschreven wijze moeten geven. Daarom is ervoor gekozen de relevante literatuur niet als bijlage toe te voegen en hier in de tekst naar te verwijzen, maar deze literatuur een plek te geven binnen de tekst.

In de tekst wordt in het vervolg de term 'methode' gebruikt, ook al gaat het meestal om de methodische uitgangspunten waarop de gewenste methode gebaseerd zou moeten zijn. Dit om het leesgemak te bevorderen.

In de tekst wordt over de uitvoerder van de methode gesproken als 'begeleider'. Deze begeleider wordt in de zij-vorm beschreven. Ook andere personen worden in de zij-vorm beschreven. Uiteraard kan er op deze plekken ook 'hij' of 'hem' gelezen worden.

Aan het eind van de meeste hoofdstukken staan groene blokken met een overzicht van de belangrijkste punten per hoofdstuk en de consequenties die deze hebben voor het uitvoeren van de methode.

2 Muziektherapie met vluchtelingen

'The active and creative involvement in music therapy can be a way in which people may be empowered at a time when they feel that they lack control.'

(Dun, 1999)

Als vluchtelingen(gezinnen) de stress van hun bestaan niet meer aankunnen of geen levenslust meer hebben, komen ze in aanmerking voor behandeling via de GGZ (van Essen & Bala, 2007). Bij Stichting Centrum 45 - De Vonk en De Gelderse Roos - Phoenix zijn muziektherapeuten die zich richten op het omgaan met traumagerelateerde klachten en zo mogelijk op traumaverwerking. Muziektherapie wordt ook toegepast binnen azc's en in het voortgezet onderwijs, waar het accent vooral op preventie ligt. Daar worden empowerment technieken gebruikt om controle op de eigen situatie te ontwikkelen en eigen mogelijkheden worden zoveel mogelijk aangeboord.

Door Orth e.a. (2006) wordt geschreven dat bij het verwerken van trauma's van vluchtelingen door middel van muziektherapie er van wordt uit gegaan dat de muziektherapie recht moet doen aan de eigen cultuur van de betrokkenen en dat de kracht van deze cultuur gebruikt moet worden. Hierbij speelt dus een grote rol wat universeel en wat cultuurgebonden is aan muziek en welke consequenties dit heeft voor het maken van muziek. Universele aspecten van muziek waarvan gebruik gemaakt kan worden in de muziektherapie zijn eenvoudige ritme-instrumenten en (pentatonische) melodie-instrumenten. Indien gewenst kunnen met deze instrumenten ook eigen traditionele accenten in de muziek gelegd worden. Het is dan wel noodzakelijk enige kennis te hebben van traditionele ritmes en akkoordenschema's die zich goed lenen voor (vocale) improvisaties en het maken van liederen.

In muziektherapie met getraumatiseerde vluchtelingen gaat het er volgens Orth e.a. (2006) vooral om de cliënt weer in contact te brengen met het gevoel zonder daarbij overspoeld te worden door herinneringen en gevoelens uit het verleden. Vanuit hun vaak stressvolle bestaan kunnen getraumatiseerde vluchtelingen

zich meestal moeilijk volledig aan muziek overgeven bij het luisteren naar muziek uit hun eigen cultuur. Als ze zich toch overgeven aan deze muziek kan dat heftige angst en intense, moeilijk te hanteren gevoelens oproepen. Zeker bij receptieve werkvormen katalyseert muziek uit de eigen cultuur vaak angst.

Door muziektherapie kan de cliënt geholpen worden de regie en verantwoordelijkheid voor zijn eigen leven weer (meer) op zich te nemen. Het gaat er vooral om aandacht te hebben voor nieuwe ervaringen en er wordt niet perse aandacht besteed aan verwerking van het trauma, andere meer dringende doelen kunnen zijn: bieden van veiligheid, leren omgaan met spanning en bieden van afleiding. Dit kan aan de hand van een aantal technieken, bijvoorbeeld door het leren bespelen van een instrument: dit vergt veel concentratie en fijne motorische vaardigheden, waardoor de cliënt in het hier en nu moet zijn en gedachten afgeleid worden van gedachten waar zij op dat moment mee zit. Daarnaast biedt muziek cliënten de mogelijkheid controle te behouden en worden ze niet gedwongen om over hun problemen te spreken. Als men samen in een groep muziek maakt, geeft dit afleiding, contact met elkaar en plezier. Ten slotte geeft de muziek een gelegenheid om zich te uiten.

Het effect van zingen op mensen die getraumatiseerd zijn, is volgens Orth e.a. (2006) drieledig:

- 1) Zingen stimuleert de lage ademhaling met ontspanning als resultaat
- 2) Innerlijke energieblokkades (die bij getraumatiseerde mensen vaak aanwezig zijn) kunnen opgeheven worden door de resonantie in het lichaam
- 3) Zingen kan mensen opnieuw in contact brengen met de eigen natuur: zingen geeft toegang tot intense gevoelens en kan hier ook een uitlaatklep voor zijn. In het zingen kan de scheiding tussen psychische en fysieke klachten overbrugd worden. Als er traditionele liederen gezongen worden kan dit helpen om zich te uiten, om de identiteit te versterken en om uit een afhankelijke rol te komen of te blijven ten aanzien van de therapeut, omdat de cliënt op dit gebied de expert is.

Muziektherapie met vluchtelingen wordt onder andere voor empowerment en preventie gebruikt, waarbij uitgegaan wordt van de eigen kracht en mogelijkheden zodat er controle kan ontstaan op de situatie. Trauma's worden vaak expres niet aangeboord, zodat er gefocust kan worden op het hier en nu en er geen overweldigende herinneringen opgeroepen worden. Vooral muziek uit de eigen cultuur kan traumatische herinneringen oproepen. Door zich in de muziek te richten op het hier en nu kan er aandacht geschonken worden aan de dingen die vluchtelingen nu nodig hebben, zoals een gevoel van veiligheid, het gevoel controle te hebben over hun leven en het bieden van afleiding en plezier.

Universele manieren van muziek maken zijn onder andere het gebruik maken van ritme-instrumenten, (pentatonische) melodie-instrumenten en zingen.

3 Muziektherapie met gezinnen

'Music can play a significant role by discovering positive ways of interacting. Through shared creativity the relationship between children and parents can be transformed.'

(Oldfield, 2008)

Niet alleen zal ik in mijn methode rekening moeten houden met het vluchteling-zijn van de mensen met wie gewerkt wordt, maar een ander belangrijk aspect is het feit dat de methode aan gezinnen wordt aangeboden. Alhoewel ik wel literatuur heb kunnen vinden over muziek maken met kinderen in asielzoekerscentra, heb ik geen literatuur kunnen vinden over het werken door middel van muziek met gezinnen in azc's. Toch lijkt het mij heel haalbaar en ook passend om door middel van muziek met vluchtelinggezinnen te werken, gezien het communicatieve en interactieve aspect van muziek.

Om gedegen keuzes te kunnen maken voor mijn methode heb ik mij verdiept in de literatuur omtrent muziek maken met gezinnen.

Verburgt & Vink-Brouwer (2006) schrijven over muziektherapie met gezinnen dat intermenselijke relaties verlopen via communicatie en dat met elkaar muziek maken een vorm is van communiceren. Bij muziek gaat het vooral om het betrekkingaspect van communicatie - welke relatie heb je tot/met iemand - en veel minder over de inhoudelijke boodschap van communicatie.

De gelijktijdigheid van het muzikale samenspel maakt dat het onmiddellijk waarneembaar is of er contact ontstaat in zowel de interactie met anderen, als met het instrument. In muziek zijn gedrags-/interactiepatronen tussen de spelers hoorbaar. Verstarde communicatiepatronen kunnen dus ook doorbroken worden of communicatie kan meer op elkaar afgestemd worden. De wijze waarop de muzikale expressie in tempo, ritme, melodie, samenklank, dynamiek tot vorm komt 'ver-toont' de communicatie en 'ver-klank-beeldt' de relatie.

Volgens Verburgt & Vink-Brouwer (2006) bezit juist het medium muziek een bijzondere potentie voor het werken met sociale systemen. In de muzikale interactie dring je door tot een gebied waar je met woorden vaak niet kunt komen. In muzikale interactiepatronen klinken biografie en socialisatie van de speler door, die verwijzen naar het oorspronkelijke familiesysteem. Door de 'verborgen' beleving hoorbaar en zichtbaar te maken, is het mogelijk er geleidelijk woorden aan te geven. Daarmee krijgen de ervaringen van de leden van een systeem een plek in het leven.

Therapeutische methodes van muziektherapie met gezinnen zijn, nog steeds volgens Verburgt & Vink-Brouwer (2006) de volgende:

- *Familiesculpturen*: door middel van muziekinstrumenten wordt er een beeld in de ruimte neergezet over de betrekkingen binnen een familie. Elk familielid krijgt een passend instrument dat ook een plaats in de ruimte krijgt en waar uiteindelijk ook op gespeeld wordt, door anderen of door degene die de sculptuur neerzet zelf.
- *Familieopstelling*: variant van familiesculpturen die dieper ingaat op de familie-opstellingstheorie van Hellinger. Hierbij heeft de therapeut een meer inzicht-gevende functie over hoe de relaties & patronen binnen het gezin lijken te zijn.
- *Familiesysteembehandeling*: Kluck-Walpot & Meeng hebben een behandeling ontwikkeld voor traumabehandeling van oorlogsgetroffen gezinnen. Dit is een kortdurende behandeling met als centraal doel de communicatie tussen 2 generaties te verbeteren. Communicatie tussen kinderen en ouders met PTSS (post traumatische stressstoornis¹) is vaak moeilijk ten gevolge van de oorlog, en PTSS kan overgedragen worden op kinderen. Deze behandeling is ontstaan vanuit de behoefte van families om gezamenlijk behandeld te worden.

¹ Voor de volledige beschrijving van DSM IV criteria voor PTSS, zie bijlage 6

Aangezien de laatste methode de enige muziektherapeutische methode is die ik gevonden heb die specifiek toegepast wordt om met gezinnen die oorlogsslachtoffers zijn te werken, zal ik deze methode uitgebreider beschrijven op basis van de informatie van Verburgt & Vink-Brouwer (2006).

De 1^e fase van de familiesysteembehandeling vindt plaats met andere ouders/kinderen, zodat kinderen en ouders niet met hun eigen familie spelen maar met leenouders/leenkinderen. Deze fase is actief en receptief.

Actief: muzikaal reageren op elkaars gedrag, zoeken naar harmonie & samenspel. Oefenen met luisteren naar ritme, dynamiek, klankkleur in elkaars spel, rollenspelen zoals leiden, volgen, dirigeren.

Receptief: inleven en uiten tegenover andere generatie door muziek uit te kiezen en erover te vertellen. Het is vaak makkelijker om gevoelens te uiten tegenover leenouders/-kinderen. Geblokkeerde emoties die thuis niet geuit kunnen worden kunnen een plek krijgen.

De 2^e fase begint na een pauze van 2 weken voor bezinning. Nu spelen ouders en kinderen met elkaar en laten ze elkaar muziek horen. Daarna spelen ze muziek en zingen ze waarin veel emotie & verlangen naar meer openheid hoorbaar is. Met elkaar kunnen spelen en luisteren en samen kunnen genieten van muziek geeft een extra dimensie aan de communicatie. Gezinsleden kunnen elkaar zo weer waarderen doordat ze elkaars positieve kanten opnieuw ontdekken.

Het effect van deze behandeling is dat er meer contact met elkaar ontstaat en gezinsleden samen kunnen genieten. Vooral de effecten van deze behandeling sluiten naadloos aan op het doel van de methode die ik heb ontwikkeld: plezier met elkaar hebben, ergens van kunnen genieten en op een prettige manier contact met elkaar hebben.

Volgens van Essen & Bala (2007) is het belangrijk om met vluchtelinggezinnen te zoeken naar activiteiten die zij leuk vinden om samen te doen, ook al is het maar even. In gezinnen waar negatieve ervaringen met elkaar en de wereld de boventoon voeren, is het denken aan positieve ervaringen een uitzondering. Als gezin ontspannende activiteiten ondernemen en positieve ervaringen delen zijn belangrijke stappen op weg

naar een beter gezinsfunctioneren. De nadruk leggen op positieve aspecten van het ouderschap, zoals zorgen voor elkaar, aanwezige warme relaties binnen het gezin, goede beslissingen die genomen worden, kan het gezin helpen nieuwe positieve aspecten van het eigen functioneren te zien. Het idee dat je goed gehandeld hebt kan het gevoel van eigenwaarde verstevigen. Dit is een belangrijk aspect van empowerment van gezinnen. Door eigen initiatieven te benadrukken en te waarderen, aan te sluiten bij de eigen oplossingen van een gezin, te streven naar een maximum aan autonomie en zelfrespect, kunnen hoop en perspectief weer een plaats krijgen.

Het is dus belangrijk om in de methode te zoeken naar activiteiten die positieve en ontspannende ervaringen kunnen bewerkstelligen. Telkens moet worden uitgegaan van de kracht en positieve bronnen binnen het gezin, zodat gezinnen volgens de empowerment visie een gevoel van eigenwaarde kunnen ervaren.

Verder is er nog de volgende literatuur die slechts ingaat op de relevantie van muziek of creativiteit met gezinnen, en niet specifiek betrekking heeft op vluchtelinggezinnen:

In een typische familie waar geen grote problemen zijn, is het te hopen dat er een sterke hechting plaatsvindt tussen ouder(s) en kind(eren). Raicar (2010) ontwikkelde 'the basic bonding cycle' die volgens haar noodzakelijk is voor het emotionele welzijn van zowel ouder als kind. Als de ouder kan reageren op de behoeften van het kind en hier ook op in kan gaan, kunnen zowel ouder als kind zich goed voelen. Het kind voelt zich gezien en/of gehoord, de ouder voelt zich competent en 'belangrijk': het kind heeft hem nodig. Als dit het geval is, kan er speelse interactie ('playful interaction') plaatsvinden die de band tussen ouder en kind versterkt. Als ouders niet tegemoet kunnen komen aan de behoeften van hun kind door omstandigheden, kan de hechting verstoord raken doordat er geen 'playful interaction' meer plaatsvindt. Als ouder en kind muzikale momenten beleven waarin ze samen spelen, zijn ze volgens Oldfield (2008) ook samen verbonden: er is dan een kwaliteit van samenzijn. Door het pre-verbale muzikale medium kunnen ouder en kind volgens haar terugkeren naar hun speelse interactie en ontdekken hoe ze zich tot elkaar verhouden op nieuwe manieren.

Voor sommige gezinnen is het leven extreem moeilijk en stressvol, waardoor er soms niet langer op een positieve of speelse manier met elkaar gepraat of omgegaan wordt. Muziektherapie kan volgens Oldfield (2008) een belangrijke rol spelen in het verhogen van de kwaliteit van samenzijn en de eigenwaarde van een gezin, zodat gezinnen empowered worden met een nieuw gevoel van waarde en vaardigheid. Het kan heel belangrijk zijn om mogelijkheden voor een gezin te creëren waarin ze iets luchtigs en leuks kunnen doen met elkaar, dat ver afstaat van hun dagelijkse problemen. Door zulke ervaringen met elkaar te hebben, kunnen de gezinsleden zich weer meer focussen op de positieve aspecten van hun onderlinge relaties.

Het element van speelsheid en lichtheid is dus ook belangrijk om te integreren in de methode. Juist het benadrukken van mogelijkheden en het aanbieden van een situatie waarin met elkaar gespeeld kan worden op een luchtige manier is belangrijk in een bestaan dat door de meeste bewoners van azc's ervaren wordt als zwaar.

Creatieve therapie voor gezinnen is bij uitstek het leren van ervaringen. Vanaf het begin wordt het gezin in de directe ervaring geplaatst. De fysieke zintuiglijke actie intensificeert het ervaren. Creatieve therapie met gezinnen gaat over het arrangeren van succeservaringen. Als de gezinsleden gaan voelen dat het hen lukt, ontstaat er hoop dat er een oplossing kan zijn voor hun problemen. Het aanbieden van keuzes bewerkstelligt dat degene die kiest greep krijgt op hetgeen zich aandient. Door te kiezen bepaalt iemand wat er gebeurt. Kiezen impliceert het mobiliseren van eigen ideeën en bevordert overzicht over de situatie (Beelen, 2003). Voor gezond functioneren van een gezin is er een grens nodig tussen ouders & kinderen: beiden hebben andere rollen en taken. Inzet van de creatieve gezinstherapie van Beelen (2003) is de hiërarchie tussen ouders en kinderen aan te brengen, te herstellen of intact te houden. Dit betekent dat ouders andere verantwoordelijkheden toebedeeld kunnen krijgen bij gezamenlijke activiteiten die succeservaringen moeten bewerkstelligen om hoop en plezier te kunnen beleven.

Muziek maken met gezinnen kan plezier en contact met elkaar opleveren waardoor gezinsleden samen ergens van kunnen genieten doordat ze even niet met hun problemen bezig zijn en op een luchtige en speelse manier met elkaar bezig zijn.

Bij het werken met gezinnen kan er gewerkt worden door middel van empowerment: er wordt uitgegaan van de positieve bronnen binnen het gezin en de kracht van het gezin zodat het gevoel van eigenwaarde van het gezin verhoogd kan worden.

Speelse interactie kan de onderlinge banden binnen het gezin versterken. Muziek maken is een manier om speelse interactie met elkaar te hebben. Doordat het maken van muziek mensen in de directe ervaring plaatst, is het belangrijk dat er door middel van de muziek succeservaringen opgedaan kunnen worden in de interactie. Het maken van eigen keuzes moet aangemoedigd worden en er moet aandacht zijn voor de hiërarchie en grenzen die er binnen het gezin bestaan.

4 Doelgroepbeschrijving

De doelgroep waarvoor deze methode bedoeld is, wordt gevormd door gezinnen in asielzoekerscentra. Gezinnen die in een asielzoekerscentrum wonen, zijn meestal gevlucht uit hun thuisland omdat ze daar te maken hadden met een structurele schending van de mensenrechten. Het geweld dat deze mensen hebben meegemaakt en het noodgedwongen moeten verlaten van huis en haard zijn lichamelijk en emotioneel uitputtend. De weerstand en veerkracht van vluchtelingen, en zo ook van vluchtelinggezinnen wordt aangetast door hun belastende, vaak traumatische, verleden in combinatie met de nieuwe situatie waarin ze in het azc verkeren (Orth e.a., 2006).

Volgens Laban (2003) kan het asielzoekersbestaan als ziekmakend worden omschreven: asielzoekers die 2 jaar of langer in de asielprocedure zitten lopen twee keer zoveel risico op een psychiatrische stoornis dan de groep die minder lang wacht. Het leven in een azc wordt volgens van Essen & Bala (2007) door veel vluchtelingen gevoeld als *'een vacuüm waar de levensloop stilstaat, als een kamp of gevangenis zonder tralies, waar de mogelijkheden, rechten en vrijheid beperkt zijn. Het azc wordt ervaren als een plaats waar de tijd gevangen is tussen het pijnlijke verleden en een onbekende toekomst, ingevuld met wachten, denken en piekeren. Het moeilijkst is het lange wachten, de gedwongen ledigheid zonder mogelijkheden voor werk of andere zinvolle activiteiten. Spanning en apathie nemen toe met de duur van het verblijf, langdurige asielprocedure kan gezien worden als hertraumatisering. Lange tijd in onzekerheid en met beperkte mogelijkheden leven kweekt afhankelijkheid en voedt gevoelens van hulpeloosheid en isolatie.'*

Volgens van Essen & Bala (2007) leidt dit ertoe dat gezinnen vaak moeizaam functioneren en communiceren en elkaar zodoende minder kunnen steunen dan de gezinsleden eigenlijk zouden wensen. Volgens hen is bij vluchtelingenouders in een azc de kans op onderstimulatie en een risicovolle omgeving groot. Zij verkeren vaak in een situatie van langdurige machteloosheid met bijkomende schuldgevoelens ten opzichte van hun kinderen door het ontbreken van zekerheid, ruimte en vertrouwen in de toekomst. Vaders nemen binnen het gezin meestal een bijzondere positie in, omdat zij over het algemeen hun werk,

bezigheden én sociale status zijn verloren. Dit leidt voor hen tot een ondermijning van hun natuurlijke gezag, waardoor zij gevoelens van schuld, falen en machteloosheid sterker kunnen ervaren. Het pedagogische en affectieve gezinsklimaat is voor kinderen mede bepalend voor het optreden van latere problemen.

Veel vluchtelingenkinderen houden hun familie scherp in de gaten en reageren alert op signalen dat het niet goed met hen zou gaan. De meeste kinderen verwachten voortdurend een herhaling van eerdere schokkende gebeurtenissen. Ze worden daarin bevestigd als ze angst en spanning bij hun ouders zien, waardoor ze denken dat de traumatische verwachting een realiteit kan zijn.

Hoe meer ervaringen gezinsleden met elkaar kunnen delen, hoe meer steun ze elkaar kunnen geven en hoe waarschijnlijker het is dat ze erin slagen zich aan te passen aan de stressvolle veranderingen.

5 Voorwaarden voor deelname

Het aanbieden van muzikale activiteiten aan gezinnen in asielzoekerscentra is geïndiceerd voor elk gezin dat leeft in een azc en behoefte heeft aan zinvolle activiteiten, plezier met elkaar beleven en positieve ervaringen met elkaar opdoen.

De Vrolijkheid werkt niet met indicatiecriteria: elk kind of gezin dat enthousiast is voor deelname aan hun activiteiten mag daaraan deelnemen. De enige criteria die zij soms opstellen zijn leeftijdsgrenzen. Voor deze methode gelden geen leeftijdsgrenzen. Aangezien zowel voor kinderen als voor adolescenten geldt dat zij baat hebben bij een positief gezinsklimaat (van Essen & Bala, 2007), is het belangrijk voor deze beide leeftijdsgroepen iets aan te bieden waarmee plezierige gezinservaringen mogelijk gemaakt worden. Daarnaast zou het stellen van leeftijdsgrenzen belemmerend kunnen werken, aangezien een kenmerk van gezinnen is dat er kinderen van verschillende leeftijden tot hetzelfde gezin behoren. Als er nu juist één ding niet de bedoeling is, is het dat er gezinsleden worden buitengesloten van de activiteiten.

Verder is een belangrijke voorwaarde voor deelname de interesse van het gezin om muziek met elkaar te maken. Gezinnen kunnen uiteraard gestimuleerd worden door de begeleider, en door haar geënthousiasmeerd worden, maar uiteindelijk moeten zij uit zichzelf de behoefte en zin hebben om deel te nemen. Gezinnen kunnen dus enkel aangemoedigd en geïnteresseerd worden voor deelname, maar vervolgens is het aan hen om zich ook daadwerkelijk aan te melden en op die manier kenbaar te maken dat zij mee willen doen aan de activiteiten.

In azc's wonen veel alleenstaande ouders met hun kinderen; juist voor hen is het belangrijk om ook deel te kunnen nemen aan de activiteiten volgens Anna (COA, 2011). Verder bleek bij gesprekken met gezinnen in azc Burgum (Burgum, 2011) dat er gezinnen zijn waarvan één van de ouders enthousiast is om deel te nemen, maar waarvan de andere ouder zich te ziek of gedeprimeerd voelt om mee te doen. Ook voor deze gezinnen is het van belang de gezinsleden die wél willen deelnemen daar ook de mogelijkheid toe te bieden. Verder bleken er in Burgum (2011) gezinnen te zijn waarvan beide ouders niet mee zouden kunnen of

willen doen, maar waarvan de kinderen wél graag zouden meedoen. Alhoewel ik denk dat de veerkracht van een gezin ook versterkt kan worden door de broertjes en zusjes met elkaar plezierige activiteiten te laten beleven, denk ik niet dat deze methode geschikt is voor slechts de kinderen uit een gezin. De methode is gericht op de ouders en kinderen tezamen; voor alleen de kinderen uit een gezin zou mijns inziens een andere methode aangeboden moeten worden.

Voorwaarden voor deelname aan de activiteiten zijn:

- Geen leeftijdscriteria
- Minstens één ouder en één kind uit hetzelfde gezin willen meedoen
- Ouder(s) en kind(eren) melden zich zelf aan voor deelname

6 Doel

Het doel van deze methode is het stimuleren van de veerkracht van gezinnen in azc's. Veerkracht bevorderen is de kern van het werk van de Vrolijkheid. De Vrolijkheid zegt in een nieuwsbrief het volgende over veerkracht:

“Hoe houden mensen geloof in mensen, geloof in zichzelf, hoop voor de toekomst? En hoe doen mensen dat, als zij niet langer worden gezien en behandeld als de mensen die zij zijn, maar als een probleem voor de samenleving dat vooral opgelost moet worden? Veerkracht gaat niet over hoe we volhouden, maar hoe we kunnen bloeien en in die bloei weer deuren voor anderen openen. Het mooie is: mensen doen dat gewoon zelf! Als wij ze maar vrijplaatsen bieden in ruimte of tijd waarin dat kan: Vrijplaatsen waarin het Veilig is, waar Vertrouwen in jezelf en de ander kan groeien, waar Inspiratie in en door Veerkracht is, waar ruimte is voor het Verhaal. Vrijplaatsen waarin schoonheid kan zijn in een wereld waar dat niet altijd gewoon is.” (Biesma, 2011)

Volgens Mooren & Kleeber (2008) is de veerkracht van gezinnen afhankelijk van 3 functies:

1. Opvattingen : welke verklaringen en betekenissen worden toegekend aan ingrijpende ervaringen?
2. Gezinsorganisatie : structuur en samenhang van het gezin. Hoe flexibeler de structuur van onderling respect en steun, des te groter de interne cohesie van het gezin.
3. Communicatie : hoe meer helderheid en openheid er is in de uitwisseling van boodschappen, des te beter problemen opgelost kunnen worden, des te heilzamer het is voor het gezin als geheel.
Communicatie kan onder andere verbeteren door plezierige en gezamenlijke interacties.

Mooren & Kleeber (2008) citeren in hun artikel McCubbin & Patterson (1983) als zij zeggen: *‘Een veerkrachtige dynamiek binnen het gezin heeft uiteindelijk het bereiken van een balans als resultaat, waardoor ieder lid zich kan herstellen, kan groeien en zich kan ontplooien.’*

Ook volgens Walsh (2003) is veerkracht meer dan alleen het kunnen hanteren van stress: het is het bezitten van de mogelijkheid tot persoonlijke en relationele groei.

Volgens Tol (2009) wordt veerkracht vaak gedefinieerd als *'goede uitkomsten ondanks ernstige bedreigingen door de aanpassing en ontwikkeling'*. Bij vluchtelingen in azc's zijn deze ernstige bedreigingen onder andere de zorgen om achtergebleven gezinsleden, een verblijfsstatus of huisvesting. Volgens Bala (2010) is het vooral zo dat bij accumulatie van deze bedreigingen of problemen veel ouders het niet meer kunnen opbrengen om emotioneel beschikbaar te zijn voor hun kinderen. Toch benadrukken zowel Bala als Tol vooral de verbazingwekkende veerkracht en kracht die de meeste vluchtelingen (gezin-nen) kunnen laten zien. Eerst werd er nog gedacht dat het bij de grote subgroep van vluchtelingen die geen klachten ontwikkelt, terwijl ze toch in zeer moeilijke situaties leven, om speciale 'onbreekbare' gevallen ging. Later werd duidelijk dat de mensen die veerkracht vertonen dat doen op basis van zaken als bijvoorbeeld intelligentie, zelfvertrouwen en goede onderlinge relaties.

Volgens Bala (2010) is het bij het stimuleren van veerkracht vooral belangrijk om te focussen op de dingen die mensen (nog) wel kunnen. Dit doet zij bijvoorbeeld door met gezinnen samen te spelen zodat ouders en kinderen ervaren dat ze weer plezier kunnen beleven. Een belangrijk onderdeel van dit spelen is het bevorderen van communicatie binnen het gezin. Preventie is een belangrijk element bij het werken met getraumatiseerde gezinnen. Als er in zo'n vroeg mogelijk stadium aan de veerkracht van een gezin wordt gewerkt, is de kans kleiner dat dit gezin vervolgens in de hulpverlening terecht zal komen met (ernstige) psychische problemen. Volgens van Essen & Bala (2007) is stimulatie van veerkracht en empowerment vooral geïndiceerd bij gezinnen die langdurig met de gevolgen van traumatische ervaringen & stress kampen, waardoor hun veerkracht verzwakt is en nieuwe stress tot verdere destabilisatie van het gezin leidt. Veerkracht hoeft niet alleen te dienen om problemen op te kunnen lossen: veerkracht kan ook versterkt worden wanneer problemen niet oplosbaar zijn. Om de veerkracht te kunnen stimuleren moet een gezin aangesproken worden op zijn helende en gezonde kanten, waardoor de kwetsbaarheid voor stress verminderd kan worden. De natuurlijke veerkracht van een kind kan volgens hen verder ondersteund worden door extra mogelijkheden te bieden voor spel-, sport en creativiteit. Bij de meeste kinderen zijn structuur en veiligheid basisvoorwaarden om het hoofd te kunnen bieden aan de gevolgen van hun schokkende ervaringen.

Gezinnen die veerkrachtig genoeg zijn om met langdurige stress om te gaan, worden volgens van Essen & Bala (2007) gekenmerkt door grote cohesie binnen het gezin, flexibele rollen van de gezinsleden, goede probleemoplossende vaardigheden, open en effectieve communicatie en een bereidheid om steun van buiten te gebruiken.

Aan het doel van deze methode: de stimulering van de veerkracht van gezinnen, kan gewerkt worden door van de kracht en gezonde kanten van gezinnen uit te gaan. Dat wil zeggen: focussen op de dingen die mensen al kunnen. Door positieve, plezierige ervaringen met elkaar op te doen kan de communicatie en veerkracht binnen het gezin gestimuleerd worden. Als een gezin voldoende veerkracht heeft, kan elk gezinslid groeien en bloeien in zijn ontwikkeling, waardoor elke persoon zich zoveel mogelijk kan ontplooiën.

Het stimuleren van veerkracht in gezinssituaties kan preventief werken met betrekking tot verdere hulpverlening: als een gezin in zijn kracht staat, is er minder kans op ontwikkeling of verergering van psychische problemen, omdat het gezin minder kwetsbaar is voor stress. Een veerkrachtig gezin heeft goede onderlinge banden, kan omgaan met problemen en communiceert positief met elkaar.

7 Uitgangspunten

Bij muzikale activiteiten zal het op basis van de hiervoor beschreven onderwerpen belangrijk zijn om uit te gaan van succeservaringen en er te allen tijden voor te waken dat er geen angst of onzekerheid opgeroepen wordt door de activiteiten.

Door mogelijkheden te creëren waarin zowel ouder als kind geprezen kunnen worden, kan er meer eigenwaarde ontstaan en zodoende een positieve spiraal ontstaan ook buiten de therapie om, in het gezinsleven. Dat is zeker zo als dit de eerste positieve ervaringen zijn die zich sinds lange tijd binnen het gezin voordoen (Oldfield, 2008).

Drieschner & Pioch (2000) beschrijven dat de werkwijze van muziektherapeuten op 3 verschillende dimensies kan plaatsvinden:

1. Sterk gestructureerd versus weinig gestructureerd
2. Focus op muziek versus focus op problematiek
3. Receptieve versus actieve muziektherapie

Op basis van de onderstaande literatuur denk ik verantwoorde keuzes te kunnen maken over welke werkwijze er gehanteerd kan worden en op welke dimensie(s) die zich kan/kunnen bevinden.

Asielzoekers kennen weinig continuïteit in hun levensloop, hebben geen toekomstperspectief en leven van dag tot dag. Het bieden van structuur is dan ook essentieel. Muziek is een gestructureerd gebeuren in de tijd: een muziekstuk kent een begin, midden en eind en krijgt daardoor vorm. Verder is er sprake van maatindeling en frasering, die kaders scheppen waardoor betekenis kan worden gegeven aan spel. Ritme of melodie krijgen pas betekenis als zij naar een doel leiden, dus gefraseerd zijn, accenten en maatindeling hebben. Als je contact wilt bevorderen binnen de muziek, kan dat het beste via de parameter ritme. Via ritme kan er een gemeenschappelijke ervaring ontstaan. Als er een gezamenlijk ritme ontstaat, geeft dit een

gevoel van kracht, macht en energie. Een nadeel van ritme is dat het volume meestal aanzwelt en het ritme dwingend kan worden: iedereen moet hetzelfde spelen. Hierdoor kunnen mensen zich overmeesterd voelen en dit kan herbeleving van traumatische ervaringen in de hand werken. Er moet dus altijd zorgvuldig gekeken worden in hoeverre deelnemers in staat zijn om via ritme tot positieve ervaringen te kunnen komen. Als ritme te bedreigend lijkt te zijn, kan er meer met melodie-instrumenten gewerkt worden (Orth e.a., 2006).

Bij de meeste vluchtelingen is therapie, gericht op verwerking van het trauma, niet geïndiceerd omdat stabiele leefomstandigheden ontbreken. Jaap Orth (1992) heeft een werkvorm ontwikkeld die goed past binnen de doelstellingen van een empowermentbenadering: eigen ontspanningsmuziek maken. Deze werkvorm is niet primair gericht op het opheffen van een stoornis maar op het voorkomen van verdere verslechtering en het verlichten en zelf beïnvloeden van de klachten.

De werkwijze van Orth & Verburt (1998) is vooral gericht op het creëren van optimaal gedrag binnen de gegeven situatie. Zij refereren vrijwel nooit expliciet aan ervaringen uit het verleden en werken niet met werkvormen om herbeleving tot stand te brengen. De verschrikkelijke ervaringen die veel vluchtelingen hebben opgedaan vragen om zeer veel zorg en respect met betrekking tot hun trauma's. Volgens hen is een groepssetting niet passend om recht te doen aan deze traumatische ervaringen. Zij werken daarom meer aan afleiding: even weg uit de wirwar van gedachten door iemand alleen bezig te houden met wat er op dit moment gebeurt. Dit leidt tot ontspanning en geeft ruimte om dingen te verwerken, sterker te worden en zich te kunnen richten op de toekomst.

De persoonlijke cultuur van vluchtelingen wordt door Orth & Verburt (1998) als startpunt gebruikt voor het maken van muziek: eigen liedboeken en instrumenten van vluchtelingen worden samen met universele instrumenten als de gitaar en piano gebruikt. Verder zijn pentatonische/pentatonisch gestemde instrumenten goed bruikbaar.

Zij werken vanuit een heldere, vaste structuur waarin zowel ruimte is voor gestructureerde werkvormen als voor experiment, improvisatie en eigen initiatieven. Ze handhaven een duidelijk begin, midden en einde

van de sessies waarbij ze zo kort en duidelijk mogelijk instructies geven. Dit heeft ook te maken met de taalbarrière die meestal aanwezig is. Alhoewel muziek een ideaal middel is om taalbarrières te omzeilen, spelen ze toch altijd een rol. Vooral het feit dat cliënten en therapeuten niet aan kunnen geven wat er in hen omgaat, kan een probleem zijn. Sommige muziek of bepaalde instrumenten kunnen herbeleving oproepen van ervaringen uit het verleden. Ook uit een casus van Drogendijk (Smeijsters, 2006) blijkt dat het schrijven van teksten over vroeger & nu overweldigend kan werken. Daarnaast kan ook het zingen en spelen van muziek uit de eigen cultuur & van eigen teksten beangstigende herinneringen oproepen. De spanning kan dan hoog oplopen en sessies kunnen uit de hand lopen. De meeste vluchtelingen neigen naar emotionaliteit als ze naar muziek of zang luisteren uit hun eigen cultuur. Enerzijds geeft dit hen een goed gevoel en kan het ontspanning brengen, maar het is erg belangrijk om te voorkomen dat de emoties omslaan in rouw of het gevoel overrompeld te worden door traumatische herinneringen. Oefeningen en muzieksoorten die ongemak kunnen veroorzaken worden daarom zoveel mogelijk vermeden door de therapeuten en daarnaast mogen mensen altijd weggaan uit de ruimte, of 'stop' zeggen als het hen teveel wordt (Orth & Verbugt, 1998; Oldfield, 2008).

Volgens Beelen (2003) heeft creatieve therapie twee uitersten van behandeling: verwerken van het verleden & richten op het heden. Bij de laatstgenoemde en door haar gehanteerde werkwijze voor creatieve therapie (beeldend) met gezinnen, worden gebeurtenissen uit het verleden niet ontkend, maar wordt de aandacht gericht op uitbreiding van het bestaande gedragsrepertoire en de interactiemogelijkheden. De aandacht gaat naar hoe het gezin in het hier-en-nu met elkaar omgaat, waarbij het de bedoeling is om in stand te houden wat functioneel binnen het gezin is en te helpen een omgang met elkaar te bevorderen waarbij er groeimogelijkheden voor alle gezinsleden zijn. De opdrachten die een gezin krijgt moeten eenvoudig en concreet zijn. De opdrachten moeten niet zó moeilijk zijn dat gezinsleden er niet aan durven te beginnen, maar moeten wel voldoende uitdagend zijn. Er is spanning nodig of het wel zal lukken, maar precies genoeg om de uitdaging nog op te durven/kunnen pakken. De uitdaging moet dus aansluiten op de vaardigheden van de speler(s). Beelen benadrukt verder dat het spelelement van groot belang is: opdrachten moeten geen zwaarwichtig doel buiten zichzelf hebben: als iets niet lukt, heeft dat geen vervelende gevolgen voor het 'echte' leven. Spelen kan door alle gezinsleden als plezierig en belonend

worden ervaren omdat spel waardevrij is: er is niets goed of fout, waar of onwaar, het is neutraal. Het gezin kan door te spelen, loskomen van problemen van alledag en zich in een situatie begeven die niet bij voorbaat beladen is met een negatieve of positieve waardering, omdat opdrachten nieuw zijn en niet rechtstreeks appelleren aan problemen.

Oldfield (2008) benoemt ook het effect van spel in muziek maken met families, zij schrijft:

'Play promotes health. In family therapy, music is effective in bringing parents and children together, facilitating play. For those parents and children in the midst of dealing with a traumatic experience, music therapy can provide some respite from thinking about their difficulties. There are times when I feel that families desperately need to experience some form of positive, healthy and, above all, light-hearted interaction away from their worries. Through a shared musical improvisation or musical game, they have such an opportunity and this can be beneficial.'

Als de therapeut vooraf inschat dat een opdracht bij een van de gezinsleden tot grote angst of ongeremdheid kan leiden in verband met ervaringen in het verleden, past de opdracht volgens Beelen (2003) niet in het kader van de therapie. Een andere opdracht is dan dus op zijn plaats en eventueel moet doorverwezen worden naar specialistische hulp voor onderliggende problematiek. Creatief therapeuten hebben door hun basisopleiding bij uitstek voldoende bagage om ter plekke te zien of iemand door dreigt te schieten in angst of ongeremdheid. Als dit ondanks weloverwogen opdrachten toch het geval is, kan een creatief therapeut ook adequaat ingrijpen door hetgeen er gebeurt om te buigen naar de opdracht. Met een opmerking of andere interventie kan iemand teruggehaald worden naar het hier-en-nu en uitgenodigd worden om daar ook te blijven.

Bij het werken met gezinnen is het volgens Beelen (2003) contraproductief als het eindresultaat een negatieve lading heeft. Het verbeelden (of bij muziek: het verklanken) van problemen maakt de gezinsleden onnodig kwetsbaar en is dus onwenselijk: de kracht van creatieve therapie is genieten en spelen! Er moet dus uitgenodigd worden tot wat een gezin wél kan, zodat opdrachten in principe succeservaringen teweeg brengen. Zo kunnen ook plezierige gevoelens en herinneringen benadrukt worden en zodoende in het geheugen gegrift worden.

Kliphuis (1973) noemt als fase van creatieve processen de fase van 'inspiratie en betrokken raken'. Als deze fase aan de orde is tijdens het spel, kan de rest van de omgeving tijdelijk wegvallen en vraagt het bezig zijn met het spel de (volledige) aandacht. Deze toestand van creëren zorgt ervoor dat gezinsleden zich positief verbonden kunnen voelen met elkaar en met hetgeen ze aan het creëren zijn.

Beelen citeert Wils (1973) hieromtrent als ze de taak van de therapeut beschrijft:

'Als de meest oorspronkelijke verhouding van de mens tot zijn omgeving die van genieten is, dan moeten wij onszelf en anderen ook het genieten gunnen en mogelijk zelfs leren. Wij moeten onszelf en anderen gunnen dat wij ons ophouden bij wat gevonden en gerealiseerd is.'

Dit citaat benoemt het element 'genieten' als oorspronkelijk gevoel van verbinding van mens tot omgeving. Toekomen aan genieten in de therapie legt volgens Beelen (2003) de basis voor het uiteindelijk (weer leren) genieten van elkaar.

Om een veilig klimaat te kunnen scheppen voor het gezin, moet aangesloten worden bij de manier van interactie die de gezinsleden met elkaar gewend zijn. Sommige gezinnen doen en delen alles met elkaar, binnen andere gezinnen functioneren de gezinsleden meer op zichzelf en hebben ze relatief weinig contact met elkaar. Geleidelijk kan er gewerkt worden naar iets meer in het midden van dit continuüm van alles alleen <> alles samen, zodat de gezinsleden meer mogelijkheden krijgen om een keuze te maken om de ene keer iets samen te doen en de andere keer iets alleen. De therapeut is structurerend en voorschrijvend om daarmee succeservaringen mogelijk te maken. Het voorstructureren van bijeenkomsten (meestal 10) heeft betrekking op a) plaats: waar moet iedereen zitten/staan, b) tijd: hoe lang kunnen we bezig zijn, c) taakverdeling: wie doet wat, d) omgang met instrumenten: hoe moeten ze gebruikt worden, e) omgang met elkaar en f) acties: welke onderdelen worden er achtereenvolgens doorlopen.

Het proces van het gezin kan volgens Beelen (2003) pas in positieve richting op gang komen als de therapeut erin slaagt contact met de gezinsleden te krijgen. De kwaliteit van het contact is de allerbelangrijkste factor in het gezinsproces. De concrete methodes, technieken en activiteiten zijn daaraan ondergeschikt. Dit betekent onder andere dat de therapeut moet aansluiten op de manier van omgang & interactie binnen het gezin om niet te overweldigend of afschrikwekkend gezien te worden.

Muzikale activiteiten die de gezinsleden ondernemen moeten positieve bronnen binnen het gezin aanboren en verzoenend werken. Nieuwe interacties kunnen worden opgezocht en uitgetoetst.

Volgens Lange (2000) bevorderen de volgende interventies een positieve communicatie van de gezinsleden:

a) gelijke verdeling van de aandacht, b) rechtstreeks aanspreken: niet over elkaar spreken maar met elkaar spreken, c) niet invullen voor anderen, d) positief formuleren: wat wil je bereiken ipv wat is niet gewenst & e) concreet zijn.

Ook in het gesprek met But (2011) komt de gelijke verdeling van aandacht en het rechtstreeks aanspreken duidelijk naar voren. Hij beklemtoont dat het juist in de situatie waarin gezinnen in een azc verkeren belangrijk is om iedereen persoonlijk aan te spreken en met gelijke aandacht te benaderen. Kinderen in azc's zijn meestal veel vaardiger in de Nederlandse taal en treden daardoor vaak op als bemiddelaar en vertaler tussen derden en hun ouders. Op die manier krijgen zij regelmatig veel meer verantwoordelijkheden dan passend kan zijn bij hun leeftijd. Daarom is het belangrijk ernaar te streven kinderen zo min mogelijk te laten vertalen en ouders zoveel mogelijk rechtstreeks aan te spreken. Niet alleen voor een goede basis voor contact, maar ook om kinderen niet onnodig te belasten en ouders te respecteren en te valideren in hun ouderschap. Ook benoemt hij net als Lange (2000) het belang van niet invullen voor anderen. Het is belangrijk om gezinnen de tijd te geven met elkaar te overleggen en niet teveel zelf al met ideeën of oplossingen aan te komen. Juist door gezinnen te stimuleren met elkaar te overleggen, kun je hun zelfredzaamheid en onderlinge contact bevorderen.

De volgende punten gelden als de uitgangspunten van deze methode:

- De methode is bedoeld om uit te voeren binnen één gezin, niet met meerdere gezinnen tegelijkertijd.
- De methode moet door de uitvoerder van de methode sterk gestructureerd worden.
- De focus van de activiteiten ligt op het maken van muziek en niet op eventuele problemen.
- De methode zal voornamelijk gebruik maken van actieve werkvormen.
- Er wordt in de methode uitgegaan van het hier-en-nu en een benadering van empowerment: uitgaan van de kracht van het gezin en de kracht van creativiteit.
- Genieten en spelen, het bieden van afleiding, ontspanning & plezier zijn steeds uitgangspunt.
- Het gezin wordt uitgenodigd tot succeservaringen door middel van eenvoudige en concrete opdrachten die aansluiten bij de vaardigheden en interesse van de gezinsleden.

- Er wordt getracht geen negatieve ervaringen op te doen door niet te refereren aan het verleden en eventuele trauma's. Zo wordt er in principe geen muziek gemaakt of geluisterd uit de eigen cultuur om de kans zo klein mogelijk te maken dat trauma's, herinneringen, angst of ongeremdheid opgeroepen worden. Als er vanuit de gezinsleden zelf juist een duidelijke wens is tot het spelen of zingen van muziek uit de eigen cultuur, kan hier vanzelfsprekend wel op in worden gegaan.
- Een goed contact met het gezin is een voorwaarde om tot samen spelen en genieten te kunnen komen. Goed contact wordt te allen tijde nagestreefd door aan te sluiten bij de interactie, vaardigheden en interesse van het gezin.
- Er wordt positief geformuleerd, duidelijkheid geboden, rechtstreeks aangesproken en aandacht wordt zo gelijk mogelijk verdeeld.
- Het gezin wordt gestimuleerd om betrokken te raken bij de activiteiten en hierdoor geïnspireerd te raken, zodat er positieve verbondenheid kan ontstaan.

8 Attitude van de begeleider

Orth e.a. (2006) noemen enkele belangrijke aspecten met betrekking tot de attitude van de hulpverlener. Het opbouwen van een goede onderlinge relatie tussen hulpverlener en vluchteling is essentieel voor de samenwerkingsrelatie en vergt veel tijd. Vaak hebben vluchtelingen negatieve ervaringen met autoriteit en hechten zij dus veel waarde aan gelijkwaardigheid in de nieuwe (behandel)relatie.

Belangrijk is dat de hulpverlener nieuwsgierig is naar de ander en openstaat voor wat de ander belangrijk vindt, niet geneigd is zijn stempel op de relatie te drukken, wil luisteren naar de cliënt, bewust is van zijn eigen waarden en bereid is deze te relativiseren.

Bij het werken met vluchtelingen speelt de culturele achtergrond van de persoon waarmee gewerkt wordt altijd een rol. Om als hulpverlener goed te kunnen werken met deze doelgroep is het van belang dat de hulpverlener zijn eigen visie op de hulpverlening ziet als gelijkwaardig aan de visie die de vluchteling op de hulpverlening heeft. Een open attitude is essentieel.

Ook van Essen & Bala (2007) benoemen bovenstaande aspecten, zij noemen dit de 'interculturele houding' die de hulpverlener aan moet nemen bij het werken met vluchtelingen.

Brown (in Smeijsters, 2006) noemt 'cultural empathy' een belangrijk element van de attitude van de hulpverlener. In de eerste plaats gaat het om een grondhouding waarin de hulpverlener openstaat voor de andere cultuur. Daarnaast vereist culturele empathie ook een reflexief vermogen: de hulpverlener moet zich bewust zijn van haar eigen cultuur met de daarbij behorende waarden, normen en gewoontes. Doordat in de therapie een ontmoeting plaatsvindt van 2 verschillende culturen vereist dit van de therapeut dat zij kennis en kunde heeft met betrekking tot de 2^e cultuur. Brown spreekt met betrekking hiertoe over nomothetische empathie: de hulpverlener moet op de hoogte zijn van bepaalde waarden, normen en gewoontes van de ander. Voor de muziektherapeut betekent dit volgens hem specifiek dat zij bekend moet

zijn met de muziek en de betekenis die de ander daaraan geeft, alsmede de rituelen die daaraan gekoppeld zijn in de cultuur van de desbetreffende vluchteling.

Om met culturele empathie te werken kan gebruikt gemaakt worden van het checkmodel van Hays (1996): 'ADRESSING'. Adressing staat voor de verschillende aspecten waarmee de therapeut rekening zou moeten houden: Age, Disability, Religion, Ethnicity, Social status, Sexual orientation, Indigenous heritage, National origin & Gender. Oftewel, het is belangrijk het volgende rijtje langs te gaan om te checken of je met al die aspecten van iemands persoon op de hoogte bent zodat je daar rekening mee kunt houden: leeftijd, handicaps, religie, etniciteit, sociale status, seksuele oriëntatie, inheems erfgoed, nationaliteit & geslacht. Dit betekent niet dat in de eerste contacten een vragenlijst afgewerkt moet worden om bijvoorbeeld achter de seksuele geaardheid van een deelnemer te komen. Wel betekent het dat degene die met vluchtelingen werkt in zijn achterhoofd moet houden dat al deze aspecten een rol kunnen spelen in de identiteit van de persoon waarmee zij werkt, én dat de begeleider zelf (voor)oordelen over deze aspecten kan hebben die bewust of onbewust kunnen doorwerken in het contact. Door stil te staan bij al deze elementen zal de kans groter zijn dat er goed contact kan ontstaan tussen begeleider en gezinsleden.

Volgens Beelen (2003) is het vooral belangrijk dat de deelnemer vertrouwen krijgt van de begeleider en door haar gewaardeerd wordt, waardoor de deelnemer zich durft te laten gaan. De basishouding van de hulpverlener die specifiek werkt met ouders, is het uitstralen van respect voor en vertrouwen in de ouders. Vaak zijn ouders onzeker over hun ouderlijke vaardigheden als er ineens iemand van buitenaf met hen mee kan kijken. De belangrijkste 2 vereisten zijn dus dat de therapeut het gezin en hun eigen manier van doen respecteert, en dat alle gezinsleden begrip in plaats van afkeuring van de therapeut krijgen. Het leren inleven in de positie van elk gezinslid ten opzichte van de andere gezinsleden (ofwel: meervoudige partijdigheid) is voor deze 2 vereisten noodzakelijk. Verder zegt zij dat de begeleider duidelijkheid moet scheppen over wat er wel en niet mag, wat er kan en wat er niet kan en waar, wanneer en waarmee er gespeeld kan worden.

De therapeut is verder directief: zij is de regisseur en bepaalt door middel van opdrachten wat er precies gedaan moet worden en hoe. De therapeut heeft daarnaast een voorbeeldfunctie voor de gezinsleden, specifiek de ouders, met betrekking tot planning, organisatie en regie, en in het tonen van waardering en vertrouwen. Binnen de opdrachten wordt de leiding zoveel mogelijk aan de ouders gegeven, zodat zij serieus genomen worden in hun ouderlijke rol. Vaak wordt er in de hulpverlening teveel van ouders overgenomen, terwijl ouders meestal competentier willen worden en niet ontslagen willen worden van hun ouderlijke taken. De therapeut moet dus een grondhouding ontwikkelen van iemand die als medevolwassene naast de ouders staat. Het is van groot belang dat de therapeut zich niet als de betere ouder opstelt. Ze neemt niet de leiding van de ouders over de kinderen over: dit zou gezagsondermijnd zijn. Dit benoemt ook Oldfield (2008): het is belangrijk om de ouders geen ontslag in te boezemen door niet de rol in te nemen van expert, maar van een facilitator. De therapeut luistert naar het gezin met focus, betrokkenheid, openheid en aandacht.

Verder is het zaak er alles aan te doen de ouders te stimuleren beslissingen te nemen, oplossingen te verzinnen, te investeren in de relatie met hun kind. Dit betekent dus ook dat er telkens gezocht moet worden naar de sterke kanten van ouders en van het gezin.

‘Ongewenst’ gedrag wordt niet bekrachtigd en meestal genegeerd, of wordt positief geheretiketteerd zodat de interactie positiever wordt. De therapeut bekrachtigt, complimenteert en belicht de gunstige effecten van gedrag dat leidt tot betere omgang met elkaar (Beelen, 2003).

Ook van Essen & Bala (2007) benadrukken dat de attitude van de therapeut duidelijk en structurerend moet zijn. Vaak brengt de veranderde situatie ook met zich mee dat de gezinsverhoudingen veranderd zijn. Bij kinderen kan parentificatie (ouderlijke taken overnemen) optreden, omdat de ouderlijke capaciteiten aangetast zijn door stress bij de daadwerkelijke ouders. Tijdens het muziek maken zou het dan dus ook het beste zijn niet iedereen op dezelfde manier te benaderen, maar ouders leiding te laten hebben en kinderen kind te laten zijn zonder hen teveel verantwoordelijkheden te geven. Door op een normale manier muziek met elkaar te maken kunnen er ook normale grenzen, structuur en machtsverdeling plaatsvinden. Verder is

het volgens hen belangrijk om een sfeer te creëren waarbij gezinsleden zich geaccepteerd en gewaardeerd voelen. Uitleg over de organisatie en werkwijze biedt structuur en veiligheid. Een therapeut kan voor vluchtelingen alleen veiligheid creëren als zij zich bewust is van wat er tijdens de therapie in haar omgaat, sterke emoties kan verdragen en optimale afstand kan bewaren. Tijdens inter- of supervisie kan de therapeut aandacht geven aan de processen die tijdens de behandeling bij haar opgroepen worden.

Loizos (2002) noemt 5 veronderstellingen die misvattingen zijn over vluchtelingen en die daardoor de relatie tussen hulpverlener en vluchteling kunnen bemoeilijken. Deze misvattingen zijn:

1. Een vluchteling is altijd getraumatiseerd door de gedwongen migratie
2. Een vluchteling is hulpeloos en afhankelijk
3. Een vluchteling is sociaal geïsoleerd
4. Een vluchteling zal moeilijkheden hebben zich aan te passen aan het nieuwe land wegens culturele verschillen
5. Een vluchteling heeft behoefte aan langdurige ondersteuning

Ook van Essen & Bala (2007) benadrukken het feit dat veel gevluchte gezinnen juist géén hulp nodig hebben. Zij worden juist sterker van hun verleden in plaats van zwakker, omdat zij het vermogen hebben betekenis te geven aan pijnlijke ervaringen of kracht vinden om in een vreemde omgeving een nieuwe invulling te geven aan hun leven.

Deze opvattingen zijn belangrijke uitgangspunten voor het werken met gezinnen in azc's volgens deze methode: ook de Vrolijkheid gaat uit van deze uitgangspunten. Gezinnen waarmee gewerkt wordt, worden door hen niet gezien als hulpbehoevend of afhankelijk. Elk gezin heeft zijn eigen krachten en de Vrolijkheid vindt het vooral belangrijk dat de kracht van gezinnen een plaats kan hebben om tot uiting te kunnen komen. De muzikale activiteiten kunnen hier een mooie plek voor zijn om uitdrukking te geven aan de positieve, krachtige kanten van gezinnen. Gezinnen worden niet behandeld, er vindt geen therapie plaats

maar alleen empowerment van al aanwezige kwaliteiten. Voor de gezinnen of personen die wél hulp nodig hebben bestaat er gespecialiseerde professionele zorg waarnaar doorverwezen kan worden door het COA.

De volgende punten zijn belangrijk voor de attitude van de begeleider:

- De begeleider van de methode is structurerend, duidelijk en directief.
- De grondhouding van de begeleider is er een van betrokkenheid, openheid, focus en aandacht.
- De begeleider heeft een interculturele houding, die zich kenmerkt door openheid en geïnteresseerdheid in de andere personen en hun cultuur. Zo kan er culturele empathie ontstaan, waarbij rekening gehouden kan worden met de gezinsleden in al hun eigenheid.
- De begeleider heeft een reflexief vermogen: zij is zich bewust van haar eigen normen, waarden en cultuur en is zich daarnaast ook bewust van de normen, waarden en culturele achtergrond van degene met wie ze werkt.
- In het contact wordt uitgegaan van een gelijkwaardige relatie. Dit betekent dat ouders zich gerespecteerd voelen als ouder en vertrouwen en waardering krijgen van de begeleider: zij staat naast de ouders en brengt begrip op voor hun handelen.
- Ouders krijgen zoveel mogelijk leiding en verantwoordelijkheden tijdens de activiteiten. Het gezin wordt gestimuleerd eigen keuzes te maken en gebruik te maken van zijn sterke kanten en eigen kracht, zodat er zoveel mogelijk positieve bekrachtiging kan plaatsvinden en negatief gedrag zo veel mogelijk genegeerd kan worden.

9 Intakeprocedure

Voor deze methode geldt geen intakeprocedure zoals die gangbaar is bij muziektherapeutische behandeling. Zoals beschreven bij 'deelnamevoorwaarden' kan elk gezin dat geïnteresseerd is en minimaal uit één ouder en één kind bestaat deelnemen. Hierbij speelt het geen rol welke problematiek er eventueel binnen het gezin speelt.

Naar aanleiding van gesprekken met gezinnen in het azc te Burgum (2011) denk ik dat er binnen de meeste gezinnen die zich zullen aanmelden geen ouders zullen zijn die ernstige psychische problemen hebben, zoals een depressie. Bij de gezinnen die ik heb gesproken was namelijk altijd meteen duidelijk dat de ouder(s) die er erg terneergeslagen uitzagen, ook niet mee zouden willen doen aan de activiteiten. Mijn indruk was dat zij eigenlijk te depressief waren om zich tot activiteiten te kunnen zetten en nauwelijks buiten hun woning kwamen. Dit is wat mij betreft zeker een situatie waar óók iets mee moet gebeuren, maar dit is niet iets waar ik mij in deze methode op richt. Deze situatie is voor mij echter wel een bevestiging van mijn idee dat de gezinnen die zullen deelnemen aan de activiteiten waarschijnlijk niet al heel heftige psychische problemen hebben. De methode zal in dit geval ook vooral preventief kunnen werken voor gezinnen die nog genoeg levenslust hebben om aan muzikale activiteiten deel te nemen.

Indien er zich wel gezinnen aanmelden voor de activiteiten waarbij gedurende de activiteiten blijkt dat er veel (psychische) problemen spelen, is het niet aan de begeleider van de methode om hier op in te gaan binnen de activiteiten die zij aanbiedt. Wel is het in zo'n geval zaak om bij het COA na te gaan wie er contact heeft met deze gezinnen en aan deze persoon aan te geven wat er opvalt tijdens de activiteiten, zodat deze het gezin eventueel kan doorverwijzen naar adequate externe hulpverlening.

Psychische problemen zijn in principe geen contra-indicatie, tenzij de begeleider het idee heeft dat deze problemen zich teveel op de voorgrond manifesteren. Dit kan het geval zijn als er niet of nauwelijks toegekomen kan worden aan het hebben van plezier met elkaar, of als er een onveilige situatie ontstaat.

10 Fasering en tijdsduur van de methode

De meeste behandelingen van (vluchtelingen)gezinnen zijn kortdurend: zij duren meestal 10 keer (Beelen, 2003; van Essen & Bala, 2007; Oldfield, 2008). Hierbij wordt de volgende fasering gehanteerd:

- 2 of 3 keer kennismaking
- 5 of 6 keer behandeling
- 2 keer afronding

Een kortdurende behandeling is volgens Beelen, van Essen & Bala en Oldfield (2003; 2007; 2008) geïndiceerd omdat er bij langdurige hulp afhankelijkheid kan ontstaan van de hulpverlening en zodoende ook verlies van controle van het gezin over de eigen situatie.

Ook Anna (COA, 2011) en Janou (Sipsma, 2011) benadrukken het belang van een kortdurende methode. Niet alleen omdat het nooit zeker is hoe lang een gezin in het azc aanwezig zal zijn en er dus altijd een reële kans bestaat dat het gezin gedurende het traject het azc verlaat, maar ook om de laagdrempeligheid met betrekking tot deelname van gezinnen te waarborgen. Activiteiten die de Vrolijkheid over het algemeen aanbiedt door middel van iemand die workshops komt geven, duren meestal 5 a 6 keer.

Mijn eigen ervaring op het gebied van muziek maken met kinderen in azc Drachten heeft me echter ook geleerd dat het in de context van het azc meer tijd kost om een vertrouwensband met de deelnemers te ontwikkelen. Zodoende duurt het ook langer dan 5 a 6 keer voordat er muzikaal & interactief gezien echt iets van de grond kan komen.

Op basis van al deze factoren tezamen, lijkt het mij en Janou het beste om uit te gaan van 10 bijeenkomsten. Janou Sipsma beaamt dat de fase van kennis maken en een vertrouwensband opbouwen met mensen in het azc veel aandacht en tijd behoeft. Daarnaast is deze fase heel belangrijk om tot een succesvolle samenwerking te kunnen komen. Volgens van Essen & Bala (2007) is het tijdens de eerste contacten met het vluchtelingengezin essentieel om een sfeer te creëren waarbij gezinsleden zich geaccepteerd en

gewaardeerd kunnen voelen. Uitleg over de organisatie en werkwijze biedt structuur en veiligheid aan vluchtelingen.

Idealiter zou degene die de methode uitvoert eerst een half jaar op het azc rondlopen om vertrouwdheid en veiligheid op een laagdrempelige manier op te bouwen met gezinnen. Aangezien dit in de meeste gevallen echter praktisch niet haalbaar zal zijn, lijkt het ons goed om in ieder geval 3 a 4 keer uit te trekken voor kennismaking en het opbouwen van een vertrouwde, veilige situatie. In deze kennismakingsfase staat muziek maken nog niet per definitie op de voorgrond. Het kan goed zijn dat er tijdens deze fase alleen met elkaar gepraat wordt, iets met elkaar gedronken wordt of een spelletje gespeeld wordt. Het is verschillend per gezin wat er in deze fase passend is en in hoeverre er al muziek gemaakt wordt. Oldfield (2008) schrijft dat de meeste ouders zich in deze eerste fase nerveus kunnen voelen over muziek spelen, dus biedt zij in het begin meestal simpele muzikale spelletjes aan om het ijs te breken. Verder maakt ze in deze fase veel gebruik van kazoos, zodat ouders hun stem niet op een directe manier hoeven te gebruiken bij het zingen als zij dit eng vinden.

In de hoofdfase staat het met elkaar muziek maken op de voorgrond. Deze fase duurt 5 a 6 bijeenkomsten.

Ter afsluiting is er een bijeenkomst waarin er afscheid genomen wordt en de afronding van het proces centraal staat.

Volgens Beelen (2003) kan een bijeenkomst het best maximaal één uur duren. Tijdsdruk is volgens haar om een aantal redenen van belang:

- Tijdsdruk mobiliseert de gedrevenheid en dus mobiliseert het de daadkracht en activiteiten van het gezin.
- Het gezag van de ouders staat minder ter discussie: er moet gewoon gehandeld worden. Niet aan de orde is bezig zijn met 'hoezo?', 'ja, maar' of 'waarom?'
- Iedereen is bij de activiteit nodig en moet een taak op zich nemen.

- De valkuil van perfectie wordt vermeden want er is een gerechtvaardigd excuus: in zo'n korte tijd kan het niet perfect.
- Tijdsdruk sterkt ouders in hun leiderschap.
- Tijdsdruk werkt bevorderend om elkaar met dingen te helpen.

De methode zal bestaan uit 10 bijeenkomsten van één uur, waarin de volgende fasering gehanteerd wordt:

- Kennismakingsfase: 3 a 4 keer
- Hoofdfase: 5 a 6 keer
- Afrondingsfase: 1 keer

Per bijeenkomst dient er sprake te zijn van een begin-, midden- en eindfase. Niet alleen om een duidelijke structuur te waarborgen en zodoende ook veiligheid te creëren, maar ook omdat het nooit zeker is of het gezin waarmee gewerkt wordt de volgende keer nog op het azc aanwezig zal zijn. Het is daarom belangrijk om elke bijeenkomst zonder losse eindjes af te sluiten en afscheid van elkaar te nemen. zonder dit uiteraard te zwaarbeladen te maken.

11 Uitvoering

In dit gedeelte van de methode zal ik beschrijven hoe de methode vormgegeven kan worden van begin tot eind. Het zal onmogelijk zijn van a tot z te beschrijven welke stappen en activiteiten er ondernomen moeten worden, aangezien geen enkel gezin, geen enkel azc en geen enkele situatie hetzelfde is. Er is per definitie een grote mate van flexibiliteit nodig bij het aanbieden van activiteiten in azc's (COA, 2011; Sipsma, 2011). Dit gedeelte zal dus dienen als een leidraad: het biedt houvast en suggesties maar kan niet één op één uitgevoerd worden. Na evaluatie van de eerste keer dat de methode is uitgevoerd, kan er een definitieve methode geschreven worden.

11.1 Voorbereiding

Om de methode goed uit te kunnen voeren, dient er zorgvuldig voorbereid te worden om zo efficiënt mogelijk van de tijd gebruik te kunnen maken en zo effectief mogelijk met de gezinnen te kunnen werken. Het is belangrijk dat de begeleider van de methode samen met de Vrolijkheid bekijkt hoe ze een zo goed mogelijke start kan maken. Mijn ervaring is dat het moeilijk kan zijn activiteiten van de grond te krijgen in azc's. Er kan veel tijd verloren gaan met het optrommelen van mensen. De meeste bewoners hebben weinig besef van tijd en kunnen vergeten dat het al tijd is om naar de activiteit te komen. Verder vraagt hun situatie zoveel energie en aandacht, dat het ook tijdens de activiteiten meer tijd lijkt te kosten voor de deelnemers echt aanwezig zijn en er met hun aandacht bij te zijn. Door goede voorbereiding van de start van de bijeenkomsten, maar ook van elke bijeenkomst individueel, kan er goed gebruik gemaakt worden van de tijd.

Voordat er begonnen kan worden met de daadwerkelijke kennismakingsfase, is het belangrijk dat er bekend gemaakt wordt op het azc dat er binnenkort muziek gemaakt kan worden met het gezin. Meestal zijn alleen flyers niet voldoende om dit onder de aandacht te brengen. Kinderen zijn meestal gemakkelijk te enthousiasmeren voor nieuwe activiteiten op het azc. Indien er al kinderactiviteiten op het azc worden georganiseerd, is dit een ideale plek om de kinderen alvast op de hoogte te stellen van het nieuwe aanbod en hen te stimuleren ook hun ouders hierover te vertellen. Het beste is dan de kinderen ook direct een flyer

mee te geven voor naar huis. Vaak is er op het azc een mannenruimte waar gekaart en gebiljart wordt, en soms is er ook een vrouwenruimte waar de vrouwen bij elkaar komen. Op deze plekken kan de activiteit onder de aandacht gebracht worden door de mensen aan te spreken of op muzikale wijze een aankondiging te doen en de aandacht van mensen te vragen. Eventueel kan er een moment georganiseerd worden waarop mensen die geïnteresseerd of nieuwsgierig zijn geworden, kennis kunnen maken en informatie krijgen over de activiteiten.

Verder is het belangrijk dat er op verschillende plekken aanmeldformulieren hangen, waarop in ieder geval ook het huisnummer van de aspirant-deelnemer vermeld wordt.



Leeswijzer:

Activiteiten waar een 🎵 achter staat, staan verder uitgewerkt in bijlage 1: 'Uitwerking van activiteiten'. Elk nummer verwijst naar het nummer van de uitwerking.

11.2 Activiteiten voor de kennismakingsfase

Instrumenten maken 🎵 1

Drumstokjes, sambaballen, tamboerijn of regenstok

Dit is een laagdrempelige activiteit. De instrumenten die gemaakt kunnen worden zijn niet moeilijk en kunnen eigenlijk niet mislukken. Op deze manier kan iedereen al wel gezamenlijk aanwezig zijn in de ruimte, zonder dat er al 'eng' muziek gemaakt moet worden. Ouders kunnen hun kinderen helpen. De instrumenten die gemaakt zijn kunnen vervolgens gebruikt worden tijdens de activiteiten.

Instrumenten raadspel 🎵 2

Alle instrumenten die in de ruimte aanwezig zijn staan op plaatjes getekend. Vervolgens kan iedereen om de beurt een plaatje omdraaien en het instrument laten klinken dat op het plaatje staat. De anderen zien niet welk instrument het is² en moeten raden welk instrument er bespeeld wordt naar aanleiding van de

² Er worden meerdere activiteiten beschreven waarbij er instrumenten geraden moeten worden of waarbij niet iedereen mag zien wat er bespeeld wordt. In de meeste gevallen zal het niet raadzaam zijn mensen te blinddoeken of zelfs maar hun ogen 'gedwongen' te laten sluiten, aangezien dit de kans op traumatische herinneringen kan oproepen. Bedenk hier dus wat anders voor: plaats instrumenten achter een scherm of onder een doek of laat mensen zich omdraaien als ze iets niet mogen zien.

klanken die ze horen. In plaats van om de beurt spelen, kan ook één ouder alle instrumenten bespelen en de andere ouder de kinderen helpen te raden welk instrument ze hoorden. Op deze manier kunnen alle instrumenten al eens uitgeprobeerd worden zonder dat er een waardeoordeel verbonden is met hoe ze het instrument bespelen. Alles is goed, er kan niets fout gaan.

Instrumenten bingo ♪ 3

Twaalf instrumenten staan klaar voor de bingo spelleider: in principe is dit één van de ouders, tenzij iets anders passender lijkt. De spelleider laat in een eigen gekozen volgorde één voor één een instrument naar keuze horen. De anderen luisteren welk instrument ze zojuist hoorden en leggen een fiche op dat instrument als dat op hun bingo speelkaart staat. De spelleider gaat door met het bespelen van instrumenten totdat iemand bingo heeft. Op deze manier kan er kennis gemaakt worden met welke instrumenten er allemaal zijn, hoe zij klinken en hoe ze bespeeld kunnen worden.

Muzikaal ganzenbord ♪ 4

Met elkaar wordt een ganzenbordspel met kleine, makkelijke muzikale opdrachten gespeeld waardoor alle muziekinstrumenten uitgeprobeerd kunnen worden, en ook het lichaam en de stem op een laagdrempelige manier al eens gebruikt kunnen worden.

Toonladderrace ♪ 5

Om beurten mogen de gezinsleden met een muntje of fiche op een klokkenspel mikken. Vervolgens mogen ze hun pion zetten op de toon waarop hun fiche terecht is gekomen. Wie het eerst bij de finish komt heeft gewonnen. Er wordt zo kennis gemaakt met het klokkenspel en de tonen: hoog en laag kunnen benoemd en geoefend worden.

Memory ♪ 6

Bij dit spel kunnen er plaatjes verklankt worden. Op de plaatjes staan dingen en dieren die verklankt kunnen worden, bijvoorbeeld een auto, trein, poes. Alle plaatjes zijn in tweedoud, de ene helft ligt open op

tafel, de andere helft gesloten. Een van de ouders pakt telkens een kaartje en probeert dat plaatje te verklanken met stem of instrument, de anderen raden welk plaatje het is. Als het spel een eerste keer gespeeld is, kan er vervolgens ook om beurten een kaartje verklankt worden waarbij de kinderen ook meedoen. Het spel kan ook moeilijker gemaakt worden door te proberen geen rechtstreekse geluiden te laten horen, maar indirecte geluiden te bedenken. Zo kan er bij de poes in plaats van 'miauw' ook gekrabbeld, gelikt, melk gedronken of geblazen worden.

Klankverhaal 🎵 6

Er worden 2 groepjes gemaakt van de gezinsleden, die samen met elkaar een verhaaltje bedenken bij een paar plaatjes uit het memoryspel dat hiervoor beschreven werd. Ze kiezen bijvoorbeeld de wekker, de schoenen en het geld en maken daarbij het verhaaltje dat iemand in bed ligt, de wekker gaat, iemand trekt zijn schoenen aan, gaat het huis uit en loopt naar de bakker om brood te kopen. Dit verhaaltje proberen ze te verklanken met lichaam, stem en instrumenten. Ze laten dit horen aan het andere groepje, dat vervolgens probeert te raden wat ze lieten horen en welke plaatjes daarbij horen. Het andere groepje bereidt ook een verhaaltje voor. De begeleider kan beide groepjes indien gewenst helpen.

11.3 Activiteiten voor de hoofdfase

In de hoofdfase kunnen de activiteiten uit de kennismakingsfase uiteraard ook uitgevoerd worden. De begeleider zal zelf telkens moeten inschatten welke activiteiten passend zijn voor het gezin waarmee zij werkt. De activiteiten uit de kennismakingsfase zijn de meest laagdrempelige en veilige opdrachten. De activiteiten die ik in de hoofdfase beschrijf doen een groter beroep op de eigen creativiteit en muzikaliteit van de gezinsleden. Het kan zijn dat dit te hoog gegrepen is voor de leden van een gezin omdat ze muziek maken zonder een spelvorm te eng vinden. Het kan ook zijn dat een gezin zoveel plezier met elkaar heeft tijdens de spelletjes, dat het daarom passend is door te gaan met muzikale spellen.

Klankspel

Bedenk met elkaar een klein verhaal dat op papier getekend wordt door de gezinsleden. Als dit te hoog gegrepen lijkt of communicatief te lastig is, kan de begeleider van te voren ook zelf een verhaal verzinnen en dit alvast tekenen ter voorbereiding. Een voorbeeld van een klein, simpel verhaal, is bijvoorbeeld een schip dat de haven verlaat voor een tocht, waarin er een aantal dingen gebeuren: het schip komt meeuwen en dolfijnen tegen, vaart langs een eiland waar mensen trommelen en komt in een stormbui terecht. Uiteindelijk komt het schip weer thuis. Alle elementen die verklankt kunnen worden, worden op een rijtje gezet en daar worden instrumenten voor uitgekozen en er wordt bedacht hoe elk element gespeeld kan worden. Iedereen krijgt eigen taken toebedeeld, het liefst coördineren de ouders zoveel mogelijk wat er moet gebeuren en wie wat doet. In het voorbeeld van het schip is het handig om het schip zelf een simpel, duidelijk geluid te geven, dat alsmaar doorgaat. Het klankverhaal kan een paar keer geoefend worden en uiteindelijk ook opgenomen worden om terug te luisteren met het plaatje erbij. Probeer het wel zo klein te houden dat het in één bijeenkomst af kan komen, of dat de eerste bijeenkomst in het teken staat van het verhaal bedenken en tekenen, en de volgende bijeenkomst in het teken staat van verklanken.

Ritme spel

Er kunnen natuurlijk eendeloos veel ritmespellen gedaan worden, afhankelijk van de interesses en mogelijkheden van het gezin. Hier een paar suggesties:

- De begeleider begint met een ritme spelen dat past bij het uitspreken van haar naam. De rest herhaalt dit, en vervolgens speelt iedereen dit een paar keer gezamenlijk. De beurt gaat vervolgens naar de volgende, die ook zijn naam uitspreekt en daar een ritme bij speelt. Ook dit wordt weer herhaald. Vervolgens worden de naam van de begeleider en de eerstvolgende na elkaar gespeeld. Daarna komt de 3^e erbij, enzovoort, totdat er een ketting is ontstaan van alle namen en ritmes van iedereen tezamen. Dit kan ook als kennismakingsspel gespeeld worden.
- De begeleider speelt een simpel ritme, iedereen speelt mee. Als iedereen het ritme onder de knie heeft, maakt de begeleider het ritme iets moeilijker. Het ritme moet altijd goed haalbaar blijven voor alle deelnemers. Vervolgens kan de begeleider het ritme via oogcontact doorgeven aan een andere deelnemer, die het ritme vervolgens naar zijn eigen hand mag zetten, waarop iedereen dat ritme mee gaat spelen. Ook zij kan vervolgens het ritme weer doorgeven tot iedereen aan de beurt gekomen is.
- De begeleider speelt een ritme, en nodigt via oogcontact een volgende speler uit om mee te spelen maar in een ander ritme. Vervolgens wordt een volgende deelnemer uitgenodigd door de 2^e speler, totdat iedereen zijn eigen ritme aan het spelen is. De begeleider stopt na verloop van tijd met spelen en kijkt ook een volgende aan die stopt, zij kijkt ook weer iemand aan die stopt, enzovoort, totdat er nog maar één speler over is die ook stopt. Hier kan ook mee gespeeld worden door mensen 'aan' en 'uit' te zetten om telkens weer nieuwe ritmecombinaties te krijgen. Het is dan handig om één iemand uit te kiezen om dirigent te zijn. Zij kan ook aangeven of er sneller of langzamer, harder of zachter gespeeld moet worden.
- De begeleider leert het gezin een simpel ritme aan. Vervolgens nodigt zij een van de ouders uit zelf een simpel ritme te bedenken en aan de anderen te leren. Deze ouder mag vervolgens om beurten

iemand via oogcontact aanwijzen die op dit ritme van de anderen een solo stukje speelt op zijn instrument. De solist kan natuurlijk ook uitgenodigd worden om op een ander instrument een stukje te spelen.

Dirigentspel

Iedereen mag een instrument uitkiezen, behalve één persoon, dat is de dirigent. In eerste instantie kan de begeleider een keer dirigent zijn om het spel te introduceren. De dirigent kan mensen met gebaren aan en uit zetten, harder of zachter zetten en langzamer of sneller laten spelen. Door telkens nieuwe combinaties van hard/zacht, snel/langzaam en aan/uit te maken, ontstaat er telkens een nieuwe compositie op een simpele manier. Instrumenten kunnen uiteraard voorgestructureerd worden door bijvoorbeeld alleen te kiezen voor ritme instrumenten, alleen voor melodie-instrumenten of te kiezen voor ritme & melodie-instrumenten die sowieso mooi qua klank bij elkaar passen.

Ontspanningsmuziek maken

Een mooie manier om elke bijeenkomst af te sluiten, zou kunnen zijn door aan het einde van elke bijeenkomst met of voor elkaar ontspanningsmuziek te maken. Dit kan door bijvoorbeeld de regenstok, triangel, chimes, djembé en klankschaal te gebruiken en op een rustige manier met elkaar te bespelen. Er kan voor gekozen worden rustige achtergrondmuziek of –geluiden aan te zetten, bijvoorbeeld natuurgeluiden, klankschalen of new-age muziek, en daarop mee te spelen. Er kan ook voor gekozen worden om ontspanningsmuziek te maken voor één van de gezinsleden. Deze kan dan luisteren naar wat de anderen op zijn verzoek, of op initiatief van de anderen, spelen. Er kan dus door haar gedirigeerd worden of er kunnen instrumenten uitgekozen worden, maar de anderen kunnen ook juist voor haar bedenken wat ze graag voor haar zouden spelen (of zingen). Het hangt af van het gezin of dit een passende activiteit is en op welke manier het gebracht wordt. Voor sommige mensen zal het misschien te zweverig klinken om ontspanningsmuziek te maken. Door bijvoorbeeld te zeggen dat er rustige muziek gemaakt gaat worden, kan er al een ander beeld van de opdracht ontstaan. Eventueel kunnen er ook opnames gemaakt worden

van de ontspanningsmuziek om mee naar huis te nemen.

Voor elkaar spelen

Deze opdracht sluit in zekere zin aan op de ontspanningsopdracht. Er kan een gezinslid uitgekozen worden waarvoor de andere gezinsleden iets gaan spelen. Dit kan rustige ontspanningsmuziek zijn, maar ook vrolijke of juist troostende muziek. In principe kiezen de andere gezinsleden samen instrumenten uit die ze vinden passen bij die persoon en spreken met elkaar af op welke manier ze willen gaan spelen. Eventueel kan er ook iets ingestudeerd worden terwijl de begeleider en degene voor wie gespeeld gaat worden even de ruimte uit gaan. Er kan ook voor gekozen worden degene voor wie gespeeld gaat worden instrumenten en een muziekstijl uit te laten kiezen, maar in tegenstelling tot het dirigentspel, vervolgens af te wachten wat daar dan voor muziek uit voort komt.

Vraag en antwoord

Een vraag- en antwoordspel is misschien het gemakkelijkst tussen 2 spelers, maar kan ook uitgebreid worden naar meerdere spelers. Er kan op allerlei manieren een vraag- en antwoordspel gespeeld worden, bijvoorbeeld door één iemand telkens het 'vraag' gedeelte te laten spelen, en om beurten iemand te laten antwoorden. Er kan ook telkens door iemand anders een vraag gespeeld en een antwoord gegeven worden, dit gebeurt dan bijvoorbeeld meer op intuïtie en minder met afspraken. Iedereen kan dan voor zichzelf proberen aan te voelen of het zijn moment is om iets te spelen of ergens op te reageren. Als er een twee mensen tegelijk spelen is dat natuurlijk ook geen probleem.

Liedjes zingen en spelen

Er kunnen eindeloos veel liedjes met elkaar gezongen en/of gespeeld worden. Hieronder een selectie van nummers die leuk en gemakkelijk zijn. Veel nummers zijn anderstalig of in een bedachte taal, zodat er voor

niet- of moeilijk Nederlands sprekende gezinsleden ook gemakkelijk meegezongen kan worden. Uiteraard is het altijd een mogelijkheid om zelf een andere tekst op een nummer te maken of alleen de melodie van een nummer met elkaar te zingen of spelen.

Met name nummers die in C staan, of die getransponeerd kunnen worden naar de C, zijn gemakkelijk met elkaar te spelen en eventueel ook in te studeren om op te nemen of te presenteren. Als er in toonsoort C gespeeld wordt kan er op de meeste instrumenten zonder angst voor vals spelen meegedaan worden. Eventueel kunnen ook instrumenten met 'verkeerde' noten gebruikt worden door stickers te plakken op de goede noten, of kan er met een grafische notatie gewerkt worden waarbij nauwkeurig wordt aangegeven welke noot op elk moment gespeeld kan worden.

- **I like the flowers ♪ 7**

Dit lied kan ook in canon gezongen worden en met Nederlandse tekst gezongen worden. Als het gezin erg van zingen houdt, kan ook 'Blue Moon' tegelijkertijd erdoorheen gezongen worden, waardoor er nog meer dynamiek ontstaat. Ook kan er redelijk gemakkelijk een eigen tekst op dit nummer geschreven worden.

- **Doep doep ♪ 8**

Simpele canon met als enige woorden 'doep, doe-ap & doebedidee'.

- **Samba Batucada ♪ 9**

- **Elena ♪ 10**

Caribisch liedje dat eventueel ook 3 stemmig gezongen kan worden.

- **Bo Di Se ♪ 11**

Liedje in niet bestaande taal.

- **Bambule ♪ 12**

- **Koemativata ♪ 13**
Liedje in niet bestaande taal.
- **Bigi Kaiman ♪ 14**
Surinaams liedje.
- **Nima Naja ♪ 15**
Oost-Europees klinkend liedje.
- **Epo I Tai Tai ♪ 16**
Gemakkelijk Maori volkslied.
- **Yes, Banansi Yes ♪ 17**
Surinaams liedje.
- **Ma come bali bela bimba ♪ 18**
Italiaanse liedje dat ook met Nederlandse tekst gezongen kan worden 'wij maken muziek met zijn allen': dit zou een leuk lied zijn om elke bijeenkomst mee te beginnen.
- **Toemba ♪ 19**
Simpele canon met simpele woorden.
- **M'n tantes bloes ♪ 20**
Blues waar gemakkelijk op meegezongen en gespeeld kan worden en ook een eigen tekst op te verzinnen is.
- **'k Ving vandaag een grote mug ♪ 21**
Nederlands liedje met grappige tekst voor wat jongere kinderen. Kan ook geneuried of gezoemd worden als een mug.

- **Ik ben een dinosaurus ♪ 22**

Gemakkelijk Nederlands liedje met oneindig veel variatie mogelijkheden voor de tekst.

Nummers instuderen

Sommige gezinsleden of gezinnen zullen misschien de wens hebben een instrument te leren bespelen. Zo kan ervoor gekozen worden om een of meerdere nummers met het gezin in te gaan studeren. Iedereen kan dan een instrument kiezen waarop ze graag zouden leren spelen en waar ze de komende tijd mee bezig zullen zijn. Er kan hierbij beter niet voor de gitaar gekozen worden omdat dit instrument in eerste instantie meer individuele begeleiding vergt dan er in groepsverband gegeven kan worden. Er kan gewerkt worden met kleurennotatie waarbij elke noot een eigen kleur krijgt toebedeeld door middel van stickers.

Vervolgens kunnen deze stickers ook op de instrumenten geplakt worden. Het is belangrijk om eenvoudige, haalbare nummers uit te kiezen die binnen één sessie al een behoorlijk resultaat kunnen geven, zoals I like the flowers (zie hiervoor). Uiteraard kan er in volgende bijeenkomsten verdergegaan worden met deze nummers, maar er moet binnen één bijeenkomst wel voor gezorgd worden dat er al een succesvolle start is gemaakt.

11.4 Activiteiten voor de afrondingsfase

Herhalen van favoriete activiteiten

Met elkaar kan nagegaan worden welke activiteiten er allemaal in de afgelopen weken zijn ondernomen en welke het gezin daarvan nog een keer zou willen doen. Dit kan wellicht het beste de week voorafgaand aan de laatste keer al met elkaar besproken worden, zodat de begeleider deze activiteiten kan voorbereiden.

Iets voor elkaar spelen

Iedereen kan als afscheid kort iets voor elkaar spelen wat ze bij de ander vinden passen: dit kan iets gevoelsmatig zijn, maar het kan ook dat er voor het kind dat altijd vrolijk op de sambaballen speelde, nu voor haar vrolijk op de sambaballen gespeeld wordt. Het gaat erom dat iedereen kort de tijd krijgt iets voor de anderen te spelen. Indien dat het veiligst lijkt kan de begeleider beginnen achtereenvolgens iets voor vader, moeder en dan stuk voor stuk de kinderen te spelen. Er kan ook voor gekozen worden dat iedereen 1 iemand uitkiest voor wie zij wat wil spelen. Dit kan het beste van te voren worden afgesproken, zodat er wordt gewaarborgd dat er voor iedereen iets gespeeld wordt.

Optreden/presenteren

Als er met een gezin vooral aan het instuderen van liedjes is gewerkt, kan het leuk zijn deze liedjes vervolgens ook aan een publiek ten gehore te brengen als dit passend lijkt binnen het gezin en iedereen hiervoor gemotiveerd is. Bij het geven van een optreden is het nog belangrijker dan bij alle andere bijeenkomsten dat dit een succesvolle ervaring wordt. Niet alleen is het de laatste keer dat er met elkaar gespeeld wordt in deze setting, ook wordt er voor publiek gespeeld! Als een succesvolle ervaring vrijwel zeker niet bewerkstelligd kan worden, moet er ook niet opgetreden worden. Wel kan er een opname gemaakt worden van de liedjes die het gezin inmiddels met elkaar kan spelen. Dit betekent dus ook dat de begeleider niet al in een vroeg stadium moet zeggen dat het gezin naar een optreden kan toewerken. Er kan in eerste instantie gesproken worden over het toewerken naar een opname voor thuis. Als er gedurende het traject blijkt dat een optreden binnen de mogelijkheden ligt, kan daar vervolgens in overleg met het gezin naartoe gewerkt worden.

12 Voorwaarden voor de uitvoering

12.1 Ruimte

De ruimte waarin de muziekactiviteiten plaatsvinden moet een neutrale ruimte zijn. Alhoewel de woning van het gezin wellicht de meest veilige & vertrouwde ruimte is, is deze ruimte niet neutraal. Voor de uitvoering van deze methode is het belangrijk dat het gezin nieuwe, plezierige ervaringen met elkaar opdoet op een plek waar nog geen verhaal of gevoel aan gekoppeld is. Waarschijnlijk liggen de mogelijke ruimtes om muziek te maken op het azc niet voor het oprapen. De uitvoerder van de methode zal dus genoeg moeten nemen met een ruimte die afgesloten is van andere ruimtes en waar genoeg ruimte is om met het gezin muziek te maken. Een geluidsdichte ruimte is waarschijnlijk niet voor handen. Afhankelijk van de vraag of de ruimte ook nog voor andere doeleinden gebruikt wordt, kan de begeleider de ruimte aankleden en inrichten zodat er een prettige, muzikale, sfeer gecreëerd kan worden.

12.2 Instrumenten

Er zijn instrumenten die mij noodzakelijk lijken voor de muzikale activiteiten, maar veel instrumenten zijn optioneel. In sommige azc's zijn al instrumenten aanwezig, en ook de Vrolijkheid beschikt over instrumenten die landelijk rondreizen naar de plekken waar ze nodig zijn.

Essentiële instrumenten:

- Gitaar
- Keyboard / synthesizer
- Djembé
- Bongo's
- Woodblock
- Tamboerijn

- Handtrom
- Klokkenspel
- Xylofoon
- Klankstaven (C tot c, eventueel alleen pentatonisch)
- Chime bar met 3 klanken
- Triangel
- Sambaballen
- Kazoo
- Regenstok of oceandrum
- Klankschaal

Andere leuke instrumenten:

- Meerdere trommels, bv: djembés, talking drum, conga, big mama, snare drum
- Bekkens
- Drumstel
- Cabasa
- Guiro
- Chimes
- Temple blocks
- Marimba
- Piano
- Boomwhackers
- Basgitaar
- Fluit(en), bv: thin wistle, blokfluit, altfluit, scheidsrechtersfluitje
- Elektrische gitaar (+ versterker)
- Schudei

- Castagnetten
- Trompet
- Melodica
- Mondharmonica

12.3 Supervisie

Vanuit de Vrolijkheid wordt er veel waarde gehecht aan goed contact met de mensen die activiteiten aanbieden. Er is altijd een centrumcoördinator van de Vrolijkheid in dienst op het azc waar activiteiten worden aangeboden. Deze centrumcoördinator is ook aanspreekpunt voor vragen en overleg. Afhankelijk van de leeftijd en ervaring van degene die de methode zal uitvoeren, kan aanbevolen worden om als uitvoerder van de methode ook onder supervisie van iemand te staan. Zeker voor stagiaires en beginnende muziektherapeuten kan het werken met deze doelgroep persoonlijk ook veel teweeg brengen. Daarnaast kan het voor het waarborgen van de veiligheid van gezinnen ook belangrijk zijn dat de begeleider regelmatig contact heeft met een supervisor om te bespreken hoe de activiteiten verlopen en of de juiste keuzes gemaakt worden. Per azc en begeleider zal er bekeken moeten worden wat een passende manier van supervisie is. In sommige gevallen zal de centrumcoördinator zelf genoeg verstand en ervaring hebben om de begeleider te begeleiden, in andere gevallen zal er wellicht een supervisor van buitenaf gezocht moeten worden.

12.4 Financiën

12.4.1 Loon uitvoerder van methode

Het uurloon van een zelfstandige muziektherapeut ligt tussen de € 50 en € 65.

- Onder de aandacht brengen van nieuw aanbod: Vrolijkheid
- Gesprekken met gezinnen, inventariseren, enthousiasmeren: 2,5 uur

- 10 sessies van een uur + voorbereiding: 12,5 uur per deelnemend gezin
- Aanbod evalueren: 1 uur
- Totaal: 16 uur bij één deelnemend gezin + 12,5 uur bij elk volgend gezin.

12.4.2 Supervisie

De kosten voor externe supervisie lopen uiteen van € 50 tot € 120 per uur. Voor een traject met een gezin zou ik uitgaan van 3 uur supervisie: één uur per 2 bijeenkomsten in de hoofdfase.

12.4.3 Instrumenten

Het bedrag dat aan instrumenten moet worden uitgegeven is geheel afhankelijk van wat er op het azc aanwezig is, wat er van de Vrolijkheid gebruikt kan worden en wat de begeleider van de methode aan eigen instrumenten heeft en bereid is te gebruiken.

Een voorbeeld van wat er in mijn geval gekocht zou moeten worden indien ik in Drachten de methode uitvoer:

- Gitaar > aanwezig
- Keyboard / synthesizer > aanwezig
- Djembé > aanwezig
- Bongo's > aanwezig
- Woodblock > € 5,90
- Tamboerijn > aanwezig
- Handtrom > aanwezig
- Klokkenspel > € 30
- Xylofoon > € 60

- Klankstaven (C tot c, eventueel alleen pentatonisch) > aanwezig
- Chimes bar > € 10,29
- Triangel > aanwezig
- Sambaballen > € 5 tot € 10 per stuk/per 2
- Kazoo > eigen bezit
- Regenstok of oceandrum > eigen bezit
- Klankschaal > eigen bezit

12.5 Training

Om de methode te kunnen uitvoeren moet de begeleider eerst een training volgen die aangeboden wordt door de Vrolijkheid. Deze training zal ontworpen worden door mij en Janou Sipsma, methodiekmaakster van de Vrolijkheid, op basis van de eerste evaluatie van deze methode. Naar aanleiding van deze evaluatie zullen we een training ontwerpen waarin iemand kan kennismaken met de Vrolijkheid en haar werkwijze, en met deze methode en de daaraan verbonden voorwaarden, valkuilen, tips en activiteiten.

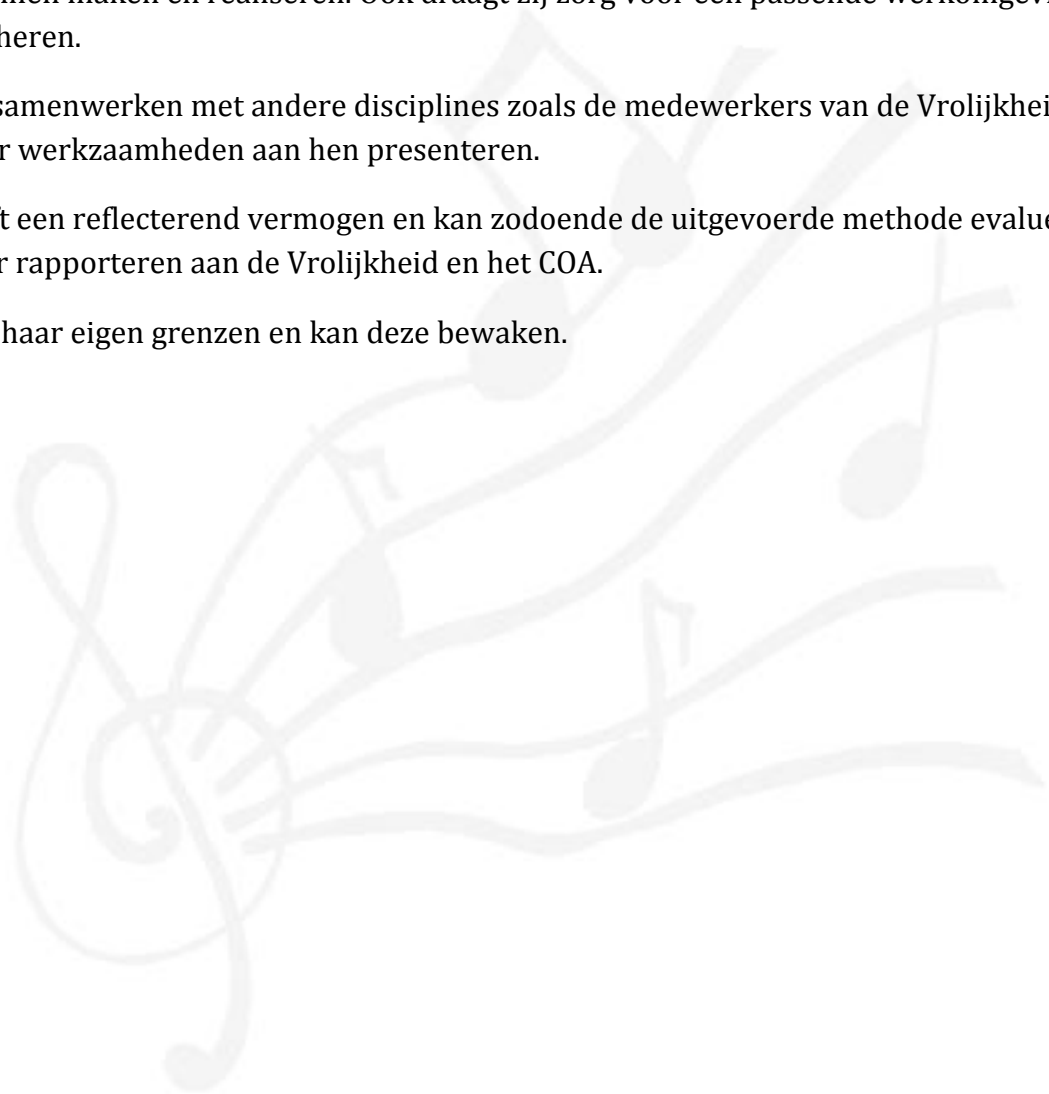
13 Voorwaarden ten aanzien van de begeleider

In deze methodebeschrijving ga ik uit van de competenties van muziektherapeuten. De methode zou ook uitgevoerd kunnen worden door 3^e jaars muziektherapie studenten. Als de Vrolijkheid deze methode door 3^e jaars muziektherapie stagiaires of anderszins geschoolde professionals zou laten uitvoeren, moeten deze mensen competent zijn op de gebieden waarop muziektherapeuten competent geacht worden in deze specifieke context.

De begeleider die muzikale activiteiten aan gezinnen wil aanbieden, kenmerkt zich door de volgende eigenschappen en vaardigheden:

- Een interculturele, gelijkwaardige houding
- Zij is structurerend, duidelijk, directief, motiverend en inspirerend.
- Zij beheerst muzikale vaardigheden met betrekking tot het bedenken, plannen, uitvoeren en bijsturen van activiteiten. Zij kan de muzikale vaardigheden van de gezinsleden observeren en analyseren en zodoende aansluiten bij hun speelniveau, interesses en sterke kanten met passende activiteiten en instrumenten.
- Zij kan passende interventies plegen om de veiligheid te handhaven en plezier in de interactie en het spel te stimuleren.
- Zij kan contact leggen en relaties aangaan met gezinnen uit andere culturen die de Nederlandse taal soms niet (goed) beheersen. Zij kan deze contacten en relaties ook onderhouden en op een passende wijze beëindigen. Dit kan zij zowel binnen de muzikale activiteiten als daarbuiten.
- Zij kan een vertrouwensband aangaan met gezinnen waarbij het kunnen bieden en creëren van veiligheid een grote rol speelt.

- Zij heeft een zelfstandige houding, geeft sturing aan haar eigen werkzaamheden en ontwikkeling en kan plannen maken en realiseren. Ook draagt zij zorg voor een passende werkomgeving en kan zij deze beheren.
- Zij kan samenwerken met andere disciplines zoals de medewerkers van de Vrolijkheid en het COA en kan haar werkzaamheden aan hen presenteren.
- Zij heeft een reflecterend vermogen en kan zodoende de uitgevoerde methode evalueren en hierover rapporteren aan de Vrolijkheid en het COA.
- Zij kent haar eigen grenzen en kan deze bewaken.



14 Evaluatie

Deze methodebeschrijving is slechts een eerste plan. Of deze methode in werkelijkheid ook de gewenste effecten heeft, kan pas beoordeeld worden na uitvoering van de methode. Er moet dan ook een procesevaluatie plaatsvinden. Een procesevaluatie is een vorm van evalueren waarbij de interventies die gepleegd worden tijdens het uitvoeren van een plan op de voet gevolgd worden, waarin zo nodig wordt bijgestuurd en waarbij de aandacht vooral uitgaat naar de sociale processen die bij de uitvoering een rol spelen (Swanborn, 1999).

Het is dan ook nodig om tijdens de uitvoering van de methode telkens te blijven evalueren hoe de uitvoering verloopt. Klopt het wat er in de methode beschreven staat, is het uitgangspunt van de methode haalbaar, zijn de activiteiten toepasbaar en is het aantal bijeenkomsten passend? Achteraf, maar ook tijdens het proces, kan er dan vervolgens antwoord gegeven worden op de volgende vragen:

- Wat is de uitvoeringspraktijk:
 - Welke verschillen en welke overeenkomsten zijn er tussen de beschreven en daadwerkelijke uitvoeringspraktijk?
- Worden de doelstellingen bereikt:
 - Welke doelstellingen – stimuleren van veerkracht, het hebben van plezier, bieden van ontspanning & afleiding - lijken bereikt te worden en welke niet?
 - Hoe komt het dat doelstellingen wel of niet bereikt worden?
 - Moeten er doelstellingen worden bijgesteld? Zo ja: welke en hoe?
 - Welk deel van de doelgroep wordt bereikt, welk deel niet en waarom niet?

- Wat zijn de uitvoeringsmogelijkheden:
 - Welke soorten interventies hebben zich voorgedaan in de voorbereiding, tijdens de bijeenkomsten en bij de afsluiting?
 - Welke interventies & activiteiten lijken het beste te werken en welke lijken niet goed te werken?
 - Bij interventies en/of activiteiten die niet werken: waardoor lijkt dat te komen en welk alternatief zou er aangeboden kunnen worden/hoe kan er bijgestuurd worden?
 - Bij interventies en/of activiteiten die wel werken: waardoor lijkt dat te komen en welk effect hebben deze interventies en/of activiteiten?
- Welke onvoorziene neveneffecten doen zich voor:
 - Welke welkome neveneffecten treden op? Voor wie en wanneer/bij welke interventie of activiteit?
 - Welke ongewenste neveneffecten treden op? Voor wie en wanneer/ bij welke interventie of activiteit?
- Welke knelpunten of barrières doen zich voor:
 - Zijn er hindernissen of knelpunten?
 - Hoe konden deze worden voorkomen?
 - Waren er genoeg materiële middelen?
 - Was er genoeg tijd?

- In hoeverre verschilt de werkelijk uitgevoerde methode van de op papier geplande methode:
 - Met betrekking tot de aard van de methode?
 - Met betrekking tot de frequentie van de methode?
 - Met betrekking tot de intensiteit van de methode?
 - Hoe verliep de voorbereiding?
 - Hoe verliep de uitvoering?
- Hoe groot is de geleverde inspanning:
 - Hoe groot is de geleverde inspanning voor de begeleider persoonlijk?
 - Hoeveel tijd is er in de voorbereiding, uitvoering en evaluatie van de methode gaan zitten?
 - Hoeveel geld heeft de methode gekost?
 - Hoe groot was de organisatorische inspanning voor de Vrolijkheid en het COA?

15 Slotwoord

Tot zover deze methodebeschrijving. Ik hoop dat u met interesse en plezier heeft kunnen lezen hoe er volgens mij muziek gemaakt zou kunnen worden met gezinnen in azc's.

Verder hoop ik dat tijdens de eerste uitvoering van deze methode, zal blijken dat de door mij beoogde werkwijze ook aansluit op de doelgroep en dat deze de veerkracht kan stimuleren.

Het schrijven van deze methode heb ik met veel plezier en enthousiasme kunnen doen, mede dankzij:

Janou Sipsma, niet alleen mijn begeleidster vanuit de Vrolijkheid, maar ook degene die mij alle vertrouwen gaf en me inspireerde.

Anneke Wensink, mijn tweede begeleidster vanuit de Vrolijkheid en tevens degene die de vraag voor het ontwikkelen van deze methode heeft gesteld. Zo heeft ze me de mogelijkheid geboden om mijn afstuderen op deze inspirerende en bijzondere manier te kunnen vormgeven!

Jaap Driest, mijn consulent vanuit de opleiding die me telkens weer het vertrouwen gaf om door te gaan zoals ik bezig was.

Jaap Orth & Jack Verburgt, twee muziektherapeuten die ik niet alleen dankbaar ben voor hun belangrijke bijdrage in de literatuur, maar ook voor hun bereidheid zich te verdiepen in wat ik heb geschreven en mij hier feedback op te geven. Ze gaven me daardoor een extra zetje in de rug om tot een zo goed mogelijk eindresultaat te komen.

Ten slotte ook mijn ouders Fleur & Stef, en ook Romke & Floor die telkens weer geïnteresseerd waren, me stimuleerden en motiveerden en hielpen met verbeteringen op het gebied van taal, uitwerking en lay-out.

Bedankt allemaal!



16 Bronnen

Bala, J. (2010) De kracht van het gezin. *Cogiscope* 0110

Beelen, F. (2003) *Gezins-creatieve-therapie*. Systeembeïnvloeding, ouderondersteuning in creatieve therapie beeldend. Houten: Bohn Stafleu Van Loghum

Biesma, F. (2011) *Nieuwsbrief 1*, 2011, Stichting de Vrolijkheid

Brown, D., Schefflin, A.W. and Hammond, D.C. (1998) *Memory, trauma treatment and the law*. New York, NY: WW Norton & co

Burgum (2011) *Gesprekken met gezinnen*. Zie bijlage 2

But, G. (2011) *Gesprek met workshopleider van ouder-kind project*. Zie bijlage 5

COA (2011) *Interview met medewerkster van het COA*. Zie bijlage 3

Drieschner, K. & Pioch, A. (2000) Muziektherapie op maat. Methodische keuzes van ervaren muziektherapeuten. *Tijdschrift voor Creatieve Therapie*, 19 (3)

DSM IV (2008) *Beknopte handleiding bij de diagnostische criteria van de DSM-IV-TR*, Pearson Assessment and Information. Zie bijlage 7

Dun, B. (1999) Music therapy in children's hospitals' in D. Aldridge (ed.) *Music therapy in palliative care: new voices*. London: Jessica kingsley publishers

Essen, J. van & Bala, J. (2007) *Als glas in lood*. Integratieve behandeling van vluchtelingenkinderen en – gezinnen. Utrecht: Stichting Pharos

Haverkort, F., Lei, R. van der & Noordam, L. (2007) *Eigen-wijs*. Liedbundel voor het basisonderwijs. Utrecht: Hoonte Bosch & Keuning

Hays, P.A. (1996) Addressing the complexities of a culture and gender in counseling. *Journal of Counseling and Development*, 74

Hoos, N. (2011) *Interview met Nicoline Hoos*. Zie bijlage 6

James, B. (1996) *Treating traumatized children: new insights and creative interventions*. New York, NY: the free press

Kliphuis, M. (1973) Het hanteren van creatieve processen in vorming en hulpverlening. In L. Wils (red.) *Bij wijze van spelen*. Alphen aan den Rijn: Samsom

Laban, K. (2003) Wachten op een status is ziekmakend: psychiater Kees Laban. *Phaxx*, 10, nr. 3

Lange, A. (2000) *Gedragsverandering in gezinnen*. Groningen: Wolters-Noordhoff

Loizos, P. (2002) Misconceiving Refugees. In: R.K. Papadopoulos (ed.) *Therapeutic Care for Refugees. No place like home*. London: Karnac

McCubbin, H. I. & J.M. Patterson (1983) *Stress and the family volume I: Coping with normative transitions*. New York: Brunner/Mazel

Mooren, T & Kleeber, R. (2008) Veerkracht in gezinnen – Oorlog en migratie uit Nederlands-Indië en Bosnië. *Cogiscope* 0208

Oldfield, A. (2006) *Interactive music therapy in child and family psychiatry: clinical practice, research and teaching*. London: Jessica Kingsley Publishers

- Oldfield, A. & Flower, C.** (2008) *Music therapy with children and their families*. London: Jessica Kingsley Publishers
- Orth, J.J.** (1992) Muziektherapie met Vietnamese vluchtelingen. In: J.T.V.M. de Jong & R.J.M. Wesenbeek (red.) *Vervreemd of vreemdeling: Naar een interculturele geestelijke gezondheidszorg in Nederland*. Amsterdam: Koninklijk Instituut voor de Tropen
- Orth, J.J. & Verburt, J.** (1998). One step beyond. Music therapy with traumatised refugees psychiatric clinic. In: D. Dokter (ed.). *Arts therapists, refugees and migrants: Reaching across borders*. London: Jessica Kingsley Publishers
- Orth, J.J., Verburt J., Nieuwenhuijzen, N. van & Wijzenbeek, G.** (2006). Getraumatiseerde vluchtelingen en asielzoekers. In: H. Smeijsters (red.). *Handboek Muziektherapie*. Evidence based practice voor de behandeling van psychische stoornissen, problemen en beperkingen. Houten: Bohn Stafleu van Loghum
- Pharos** (2004) *'Meer weten?', kennisdocument over 'Activeren en gezondheid van vluchtelingen'* Utrecht: Pharos, NIZW, Fonds OGZ
- Raicar, A.M.** (2010) When adopted adults are shadowed by disrupted attachments. *The Psychotherapist*, issue 44.
<http://www.asartcounselling.com/downloads/publications/Maeja%20Raicar%20Spring%202-15.pdf>
- Sipsma, J.** (2011) *Gesprek met methodiekmaakster van de Vrolijkheid*. Zie bijlage 4
- Smeijsters, H.** (red.) (2006) *Handboek muziektherapie*. Evidence based practice voor de behandeling van psychische stoornissen, problemen en beperkingen. Houten: Bohn Stafleu van Loghum
- Storms, G.** (2008) *100 nieuwe muziekspelen voor kinderen van 6 tot 16 jaar*. Katwijk: Panta Rhei

Swanborn, P.G. (1999) *Evalueren*. Amsterdam: Uitgeverij Boom

Tol, W.A. (2009) Bronnen van veerkracht – Hoe kunnen we kinderen ondersteunen die oorlog hebben meegemaakt? *Cogiscope* 0409

UNHCR (2010) *2009 Global Trends*

<http://www.unhcr.org/4c11f0be9.html>

Veerman, G. (2009) *Laat je horen! Hier-sta-ik-muziekproject*. Handleiding Muziekwork-shops voor kinderen in een asielzoekerscentrum. Amsterdam: Stichting de Vrolijkheid

Verburgt, J. & Vink-Brouwer, E. (2006) Muziektherapie vanuit systeemperspectief. In: H. Smeijsters (red.). *Handboek Muziektherapie*. Evidence based practice voor de behandeling van psychische stoornissen, problemen en beperkingen. Houten: Bohn Stafleu van Loghum

VluchtelingenWerk Nederland (2010) *Vluchtelingen in getallen 2010*

[http://www.vluchtelingenwerk.nl/pdf-bibliotheek/VLUCHTELINGEN IN GETALLEN 2010 definitief versie 13072010.pdf](http://www.vluchtelingenwerk.nl/pdf-bibliotheek/VLUCHTELINGEN_IN_GETALLEN_2010_definitief_versie_13072010.pdf)

Walsh, F. (2003) Family Resilience. A Framework for Clinical Practice. *Family Process*, 42, no. 1

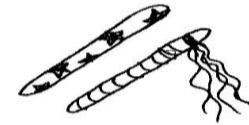
Wils, L. (red.) (1973) *Bij wijze van spelen*. Alphen aan den Rijn: Samsom

Bijlage 1. Uitwerking van activiteiten

♫ 1: Instrumenten maken

➔ Drumstokjes

- pollepels
- zaag
- schuurpapier
- verf/glitters/linten /lym

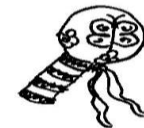


Zaag de kop van de pollepels & schuur deze zacht (eventueel al thuis ter voorbereiding).

Laat iedereen zijn eigen stokken versieren.

➔ Samba ballen

- | | |
|------------------|---------------------------|
| - wc rollen | - ballonnen |
| - stevig tape | - behang/lym |
| - kranten papier | - verf |
| - bonen / ryst | - linten / glitters / lym |



Balonnen opblazen & vullen met wat ryst of bonen. wc rollen door de lengte knippen, smaller oprollen & stevig vastplakken aan de ballon. Stroken papier met behang-lym over ballonnen & wc kokers. Laten drogen en volgende keer versieren.



➔ Tamboeryn

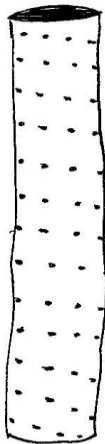
- taartblik
- krantenpapier
- behanglijm
- biërdoppen met gaatje
- cocktailprikkers
- verf / lijm / glitters

Doe om de buitenkant van het taartblik papiermaché. Niet om de randen, het taartblik moet er nog uit! Als de papiermaché niet meer kletsnat is snijd je er gleufjes uit. Eenmaal droog van taartblik halve versieren.

Aan het einde biërdoppen aan prikkers en in de gleufjes doen.

(Alternatief: 2 plastic wegwerp bordjes op elkaar plakken, gaatjes in de rand prikken & biërdoppen aan touwtjes eraan hangen)

➔ Regenstok



- koker, bv kartonnen posterkoker, regenpijp, bamboe of gedroogde
- prikkers, bv saté / cocktail of spelden berenklauw
- vulling, bv kikkererwten, spelt, kralen, rijst
- afsluiting beide zijden vd koker
- versier materiaal

Prik / boor rond de hele koker gaatjes en doe daar de prikkers in.

Vul met vulling, sluit af &

versier. (gedroogde berenklauw ziet er van zichzelf al mooi uit, natuurlijk, maar moeilijker aan te komen)



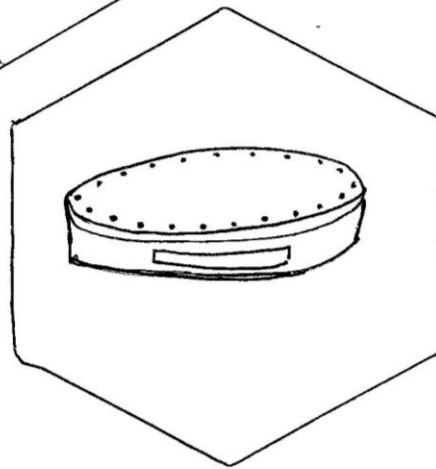
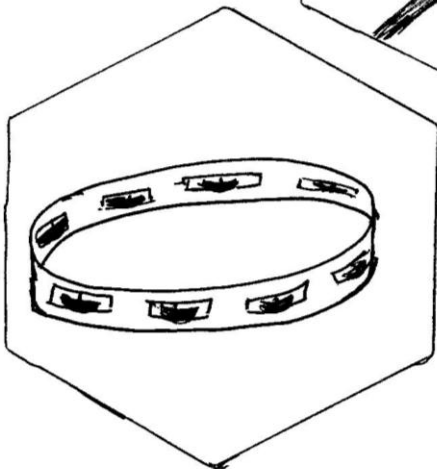
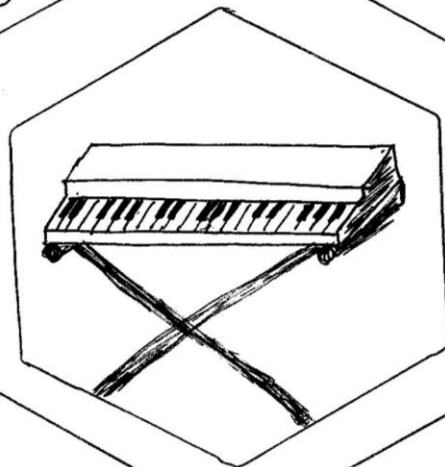
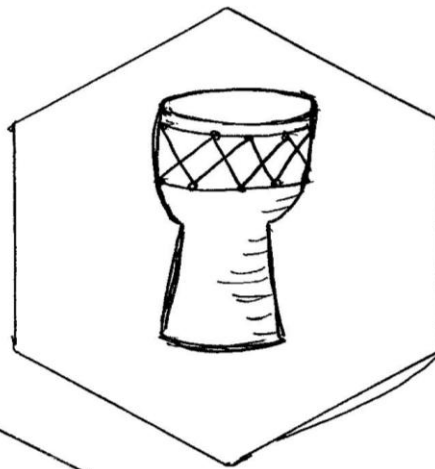
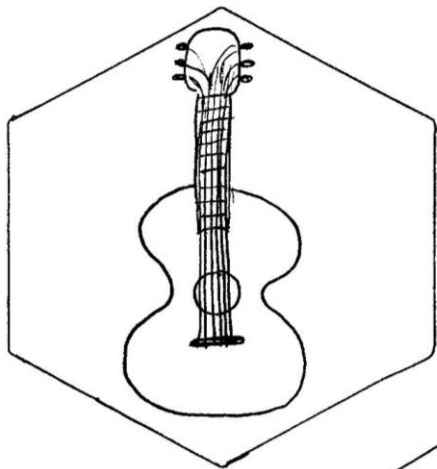
♫ 2: Raadspel

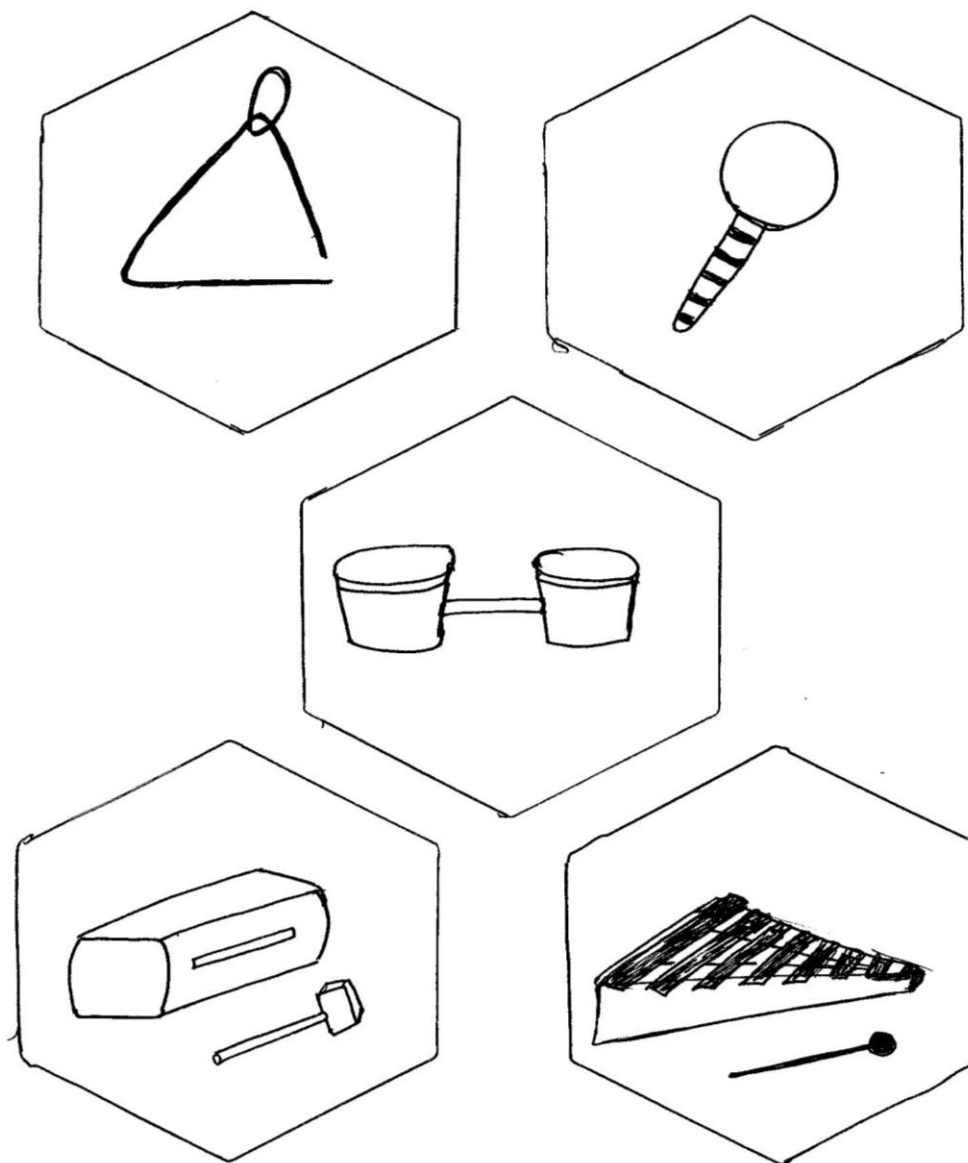
- kaartjes waar alle instrumenten op staan
- de instrumenten die op de kaartjes staan:
 - gitaar
 - keyboard
 - sambabal
 - triangel
 - woodblock
 - klokkenspel
 - regenstok
 - djembé
 - bongo's
 - tamboerijn
 - handtrom
 - marimba
 - klankschaal
 - klankstaaf

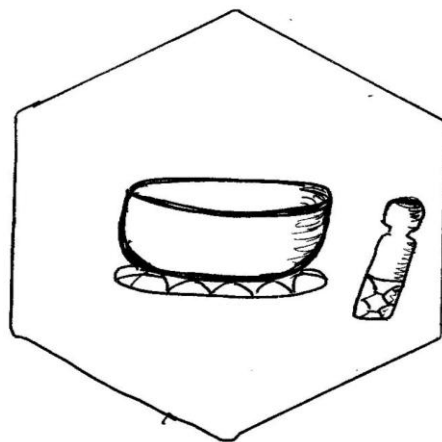
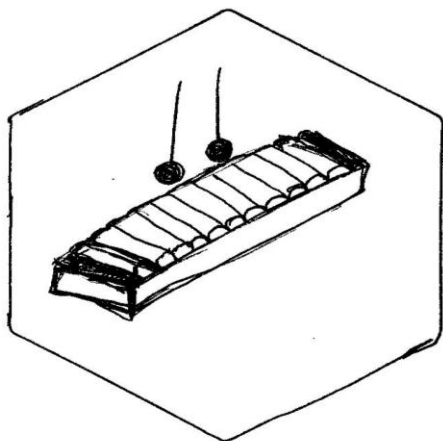
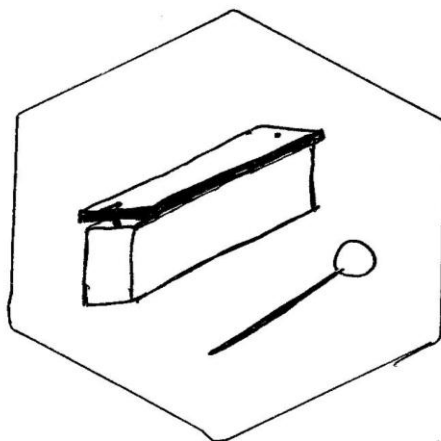
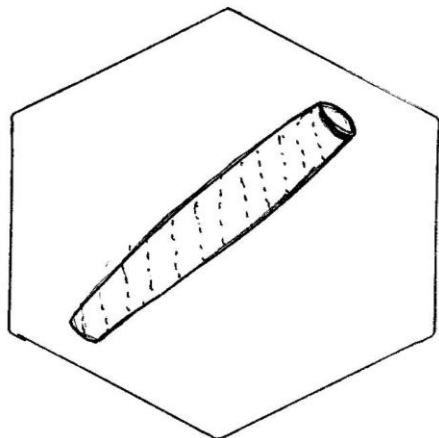
Leg alle kaartjes gesloten op een stapeltje.

Iemand pakt een kaartje, laat dat niet aan de anderen zien en speelt op het instrument dat op het kaartje staat.

De rest raadt welk instrument ze zojuist gehoord hebben.







♫ 3: Instrumenten Bingo

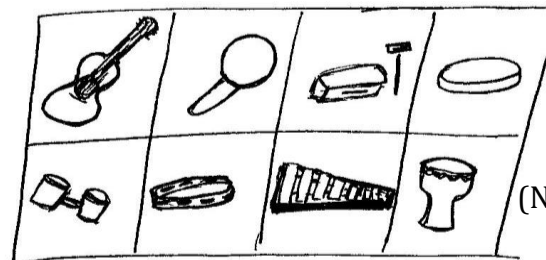
- kopiën van bingokaarten
- fiches voor op de bingokaarten
- instrumenten op de bingokaarten
 - gitaar
 - keyboard
 - sambabal
 - handtrom
 - djembé
 - tamboerijn
 - woodblock
 - triangel
 - klokkenspel
 - bongo's
 - klankuschaal
 - regenstok

Iedereen krijgt een bingokaart behalve één speler, die bespeelt de instrumenten.

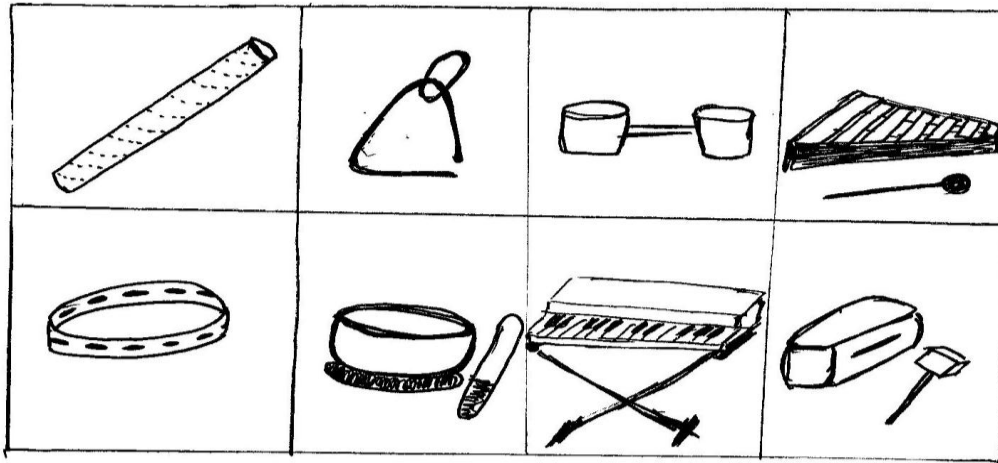
Zonder dat de anderen de instrumenten zien, bespeelt hij 8 van de 12 instrumenten.

De anderen luisteren goed & krijgen de tijd om een fiche op het instrument te leggen wat ze zojuist hoorden.

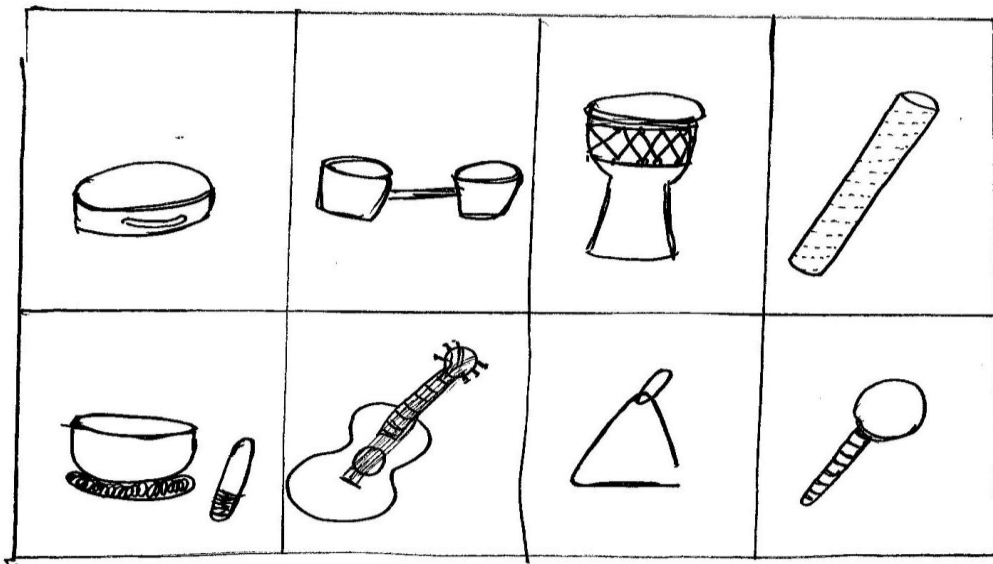
Degeene die als eerste alle instrumenten bedekt heeft, heeft gewonnen.

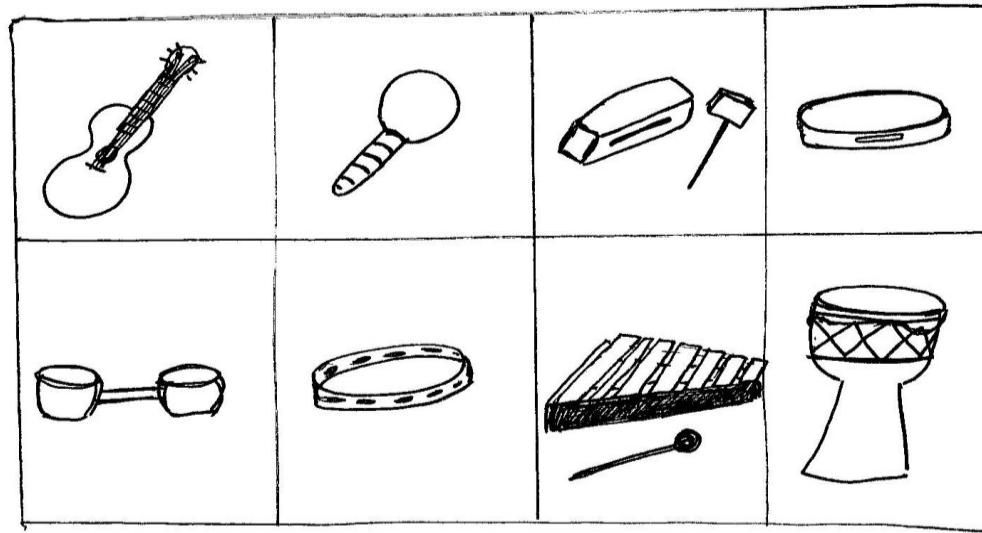


(Naar het idee van Storms, 2008)

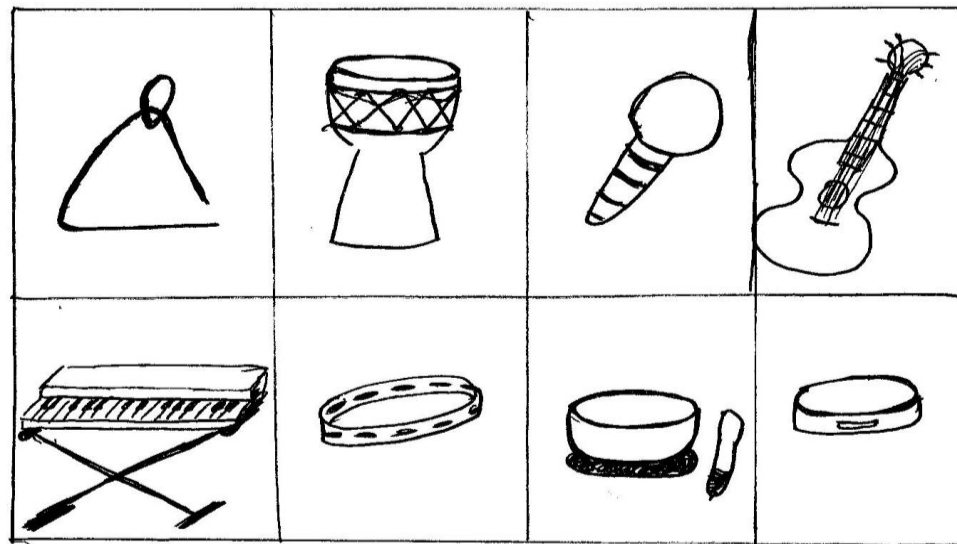


Bingo

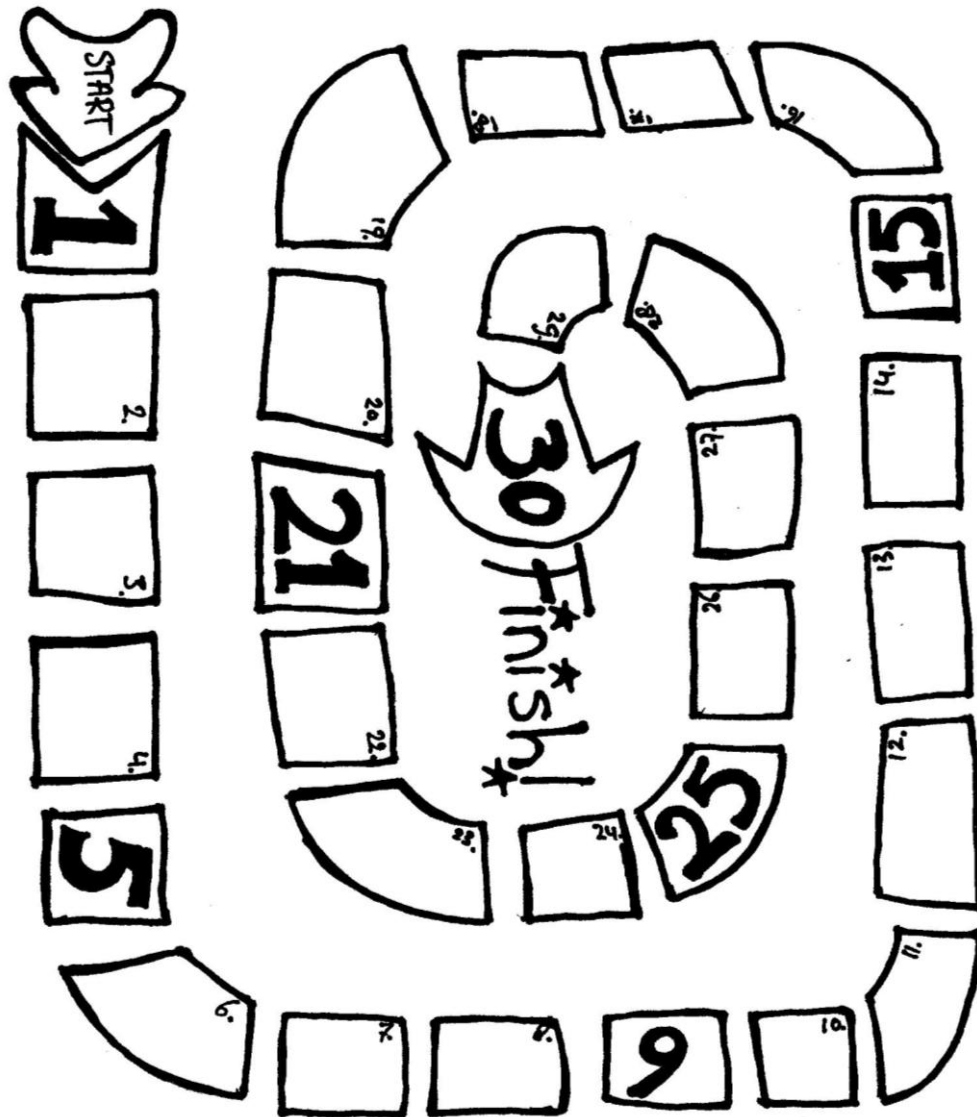




Bingo



♪ 4: Muzikaal Ganzenbord



♫ 5: Toonladder Race

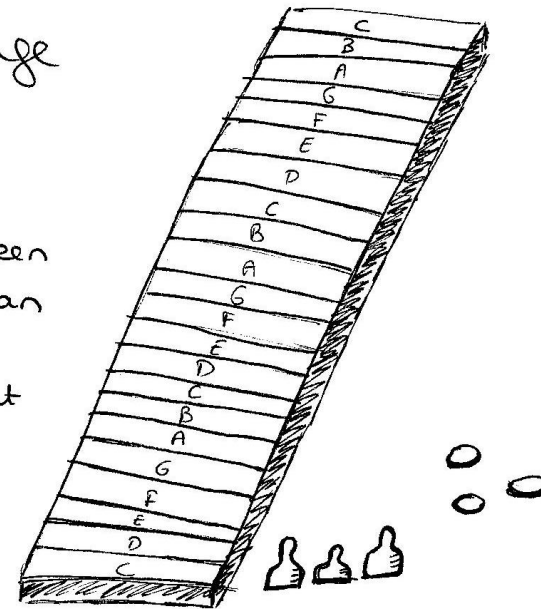
- klokkenspel / xylofoon
- muntje
- pionnen
- kopie van bijlage

Gooi om de beurt met een muntje op de toetsen van het klokkenspel.

Op welke toon de munt terecht komt, mag de pion op het spelbord gaan staan.

Als er een tweede pion op een toon komt staan waar al een pion staat, moet de pion die er al stond terug naar start.

Wie er eerst op de hoogste c komt heeft gewonnen.



(Naar het idee van Storms, 2008)

♫ 6: Memory

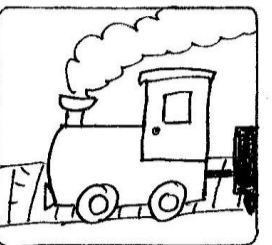
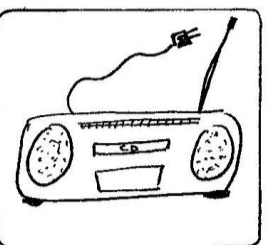
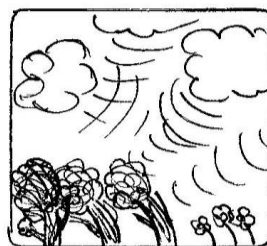
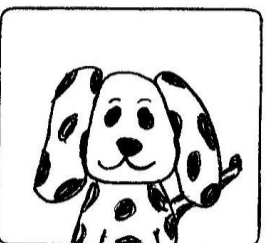
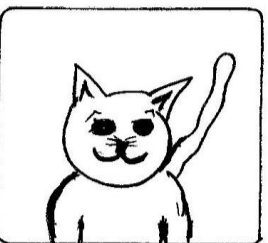
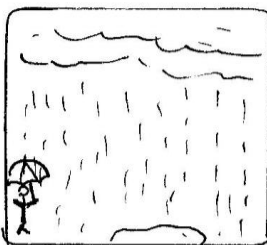
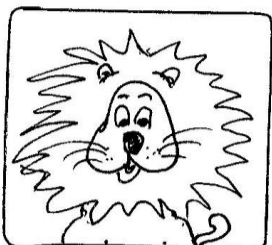
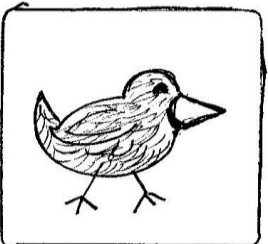
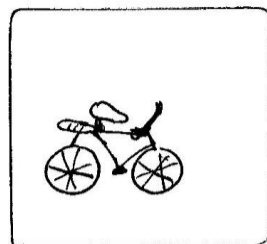
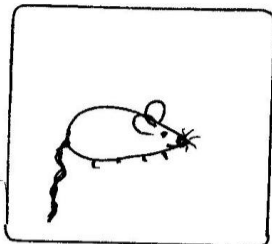
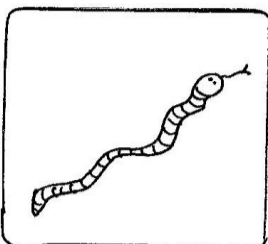
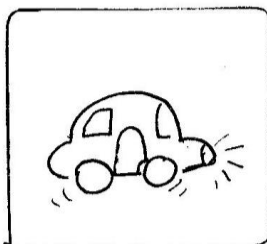
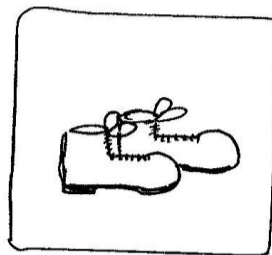
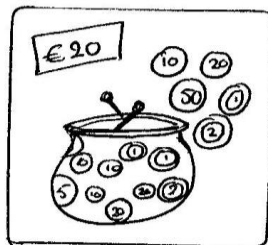
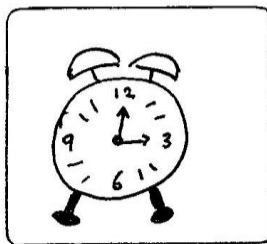
- uitgeknipte memorykaartjes 2x
- diverse instrumenten

Leg 1 stapeltje memorykaartjes gesloten neer. Leg de andere set kaartjes open op tafel.

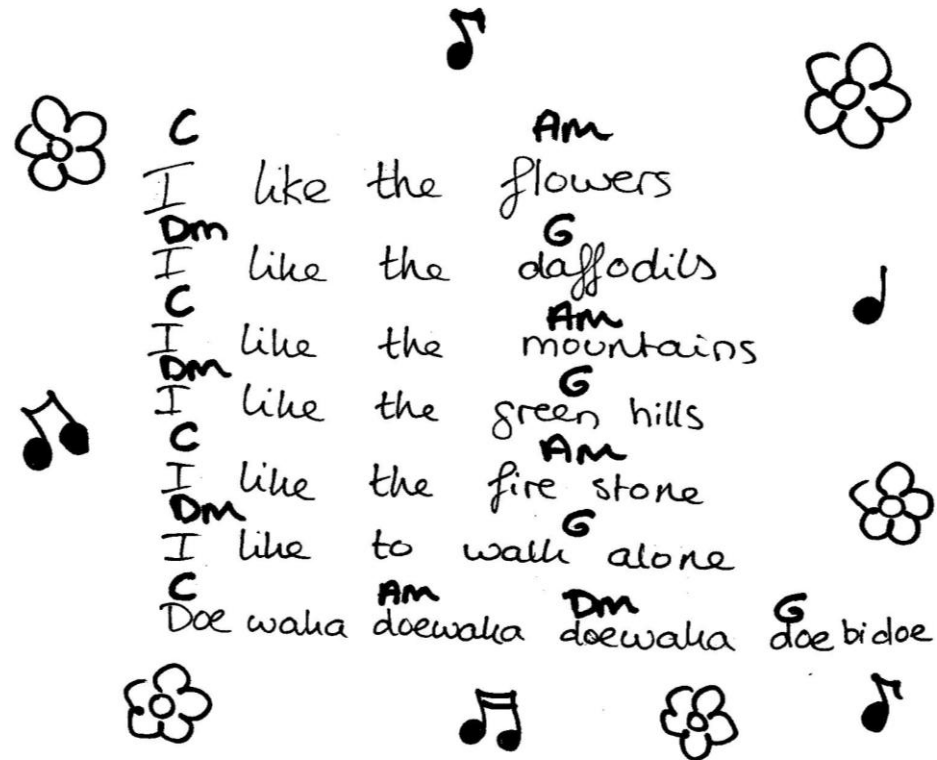
Om beurten pakt iemand een kaartje van de gesloten stapel, laat dat aan niemand zien, en probeert het plaatje vervolgens te verklaren met stem, lichaam of instrumenten.

Wie het goede plaatje raadt, krijgt dat plaatje.

Tot alle plaatjes op zijn. Wie het meeste goed geraden heeft, heeft de meeste kaartjes in zijn bezit.



♫ 7: I like the flowers



Handwritten musical notation for the song "I like the flowers". The lyrics are written in a simple, child-like script. Above the lyrics, the chords are written: C, Am, G, Am, G, Am, G, Am, C, Am, Dm, G. The lyrics are: "I like the flowers", "I like the daffodils", "I like the mountains", "I like the green hills", "I like the fire stone", "I like to walk alone", "Doe waha doewaha doewaha doe bidoe". The notation is decorated with several hand-drawn flowers and musical notes.

OF:

Ih hou van vlinders en van de regenboog
 Ih hou van bomen en ik klim omhoog
 Ih ben zo blij vandaag en ik zing zo graag
 Doe waha doewaha doewaha doe bidoe

♫ 8: *Doep Doep*

1. Doep doep doep doep doe - be-di dee

2. doep doep doep doep doe - be di dee.

3. Doe-ap doe-ap doe - be di dee

4. doep doep doep doep doe - be di dee

(Uit: Veerman, 2009)

♫ 9: *Samba Butacada*

sam-ba ba - tu - ca - da ya - ya

sam-ba ba - tu - ca - da ya - ya

(Uit: Veerman, 2009)

♫ 10: Elena

Caribisch

The musical score is written in 2/4 time and consists of two systems, each with three staves (treble, alto, and bass clef). The lyrics are in Dutch and are written below each staff.

First System:

- Staff 1 (Treble):** E le-na to-ma un bon - bon, bom-ba-tom - ba E - le - na, E -
- Staff 2 (Alto):** bom - la la tom - ba bom-ba E - le - na bom-ba la tom - ba bom-ba E - le - na
- Staff 3 (Bass):** bom - ba E - le - na tom - ba E - le - na

Second System:

- Staff 1 (Treble):** le - na to - ma un bon - bon bom - ba tom - ba E - le - na
- Staff 2 (Alto):** bom - ba la tom - ba bom-ba E - le - na bom - ba la tom - ba bom!
- Staff 3 (Bass):** bom ba E - le - na tom - ba E - le - na

(Uit: Veerman, 2009)

♩ 11: Bo Di Se

Ma-noe le di Ba-ba se um toem-ba la si tong Bo di se

Ma-noe le di Ba-ba se um toem-ba-la si tong Bo di se

San-co ma-ni ban-co ma-ni tum-ba di ye San-co ma-ni ban-co ma-ni

tum-ba di ye Ma-oe le di Ba-ba se um toem-ba-la sitong Bo di se

(Uit: Veerman, 2009)

♩ 12: *Bambule*



(Uit: Veerman, 2009)

♩ 13: Koemativata

Annelies v/d Pauw

D A⁷ D A⁷ D
 Koe - ma - ti - va - ta les - ta - ma - ka - ran - si, koe - ma - ti - va - ta les - ta - ma - ka - rans.

G D G D
 Oh no no weh - ja, oh no no weh - ja - ja. Koe - ma - ti - va - ta

A⁷ D A⁷ D
 les - ta - ma - ka - ran - si, koe - ma - ti - va - ta les - ta - ma - ka - rans

(Uit: Veerman, 2009)

♫ 14: *Bigi Kaiman*

Suriname

Bi - gi kai - man kai - man kai - man bi - gi kai-man djomp' a li - ba ba - ri

tjoe-we tjoe-we a ba - ri tjoe-we tjoe-we, a ba - ri tjoe-we tjoe-we bi - gi

kai - man djomp' a li - ba ba - ri tjoe - we tjoe - we.

(Uit: Veerman, 2009)

♫ 15: *Nima Naja*

Em B⁷ Em

Ni - ma na - ja ni-ma pa-pa-ro-sjka, ni - ma njet ni-ma mo-lo-kaj.

Em B⁷ Em B⁷ Em

Ai ai ai ai ni-ma pa-pa-ro-sjka, ai ai ai ai ni-ma mo-lo-kai.

(Uit: Veerman, 2009)

♫ 16: *Epo I Tai Tai*

Nieuw Zeeland - Maori volkslied

E-po i tai tai e Oh e-po i tai tai e E-po i tai tai

e-po i tu-ki tu-ki e-po i tu-ki tu-ki e.

(Uit: Veerman, 2009)

♫ 17: Yes, Banansi Yes

trad. Suriname

The musical score is written in 2/4 time with a key signature of two flats (Bb and Eb). The melody is presented on a single staff with lyrics in Dutch below it. Chords are indicated above the staff at various points.

Chords: Bb, Dm, Eb, Bb, Cm, F7, Bb, F, Bb, F7, Bb.

Lyrics:

Ko - noe loi - si las_ sie, mi je - re Bo - bo tek' ing. Yes Ba - nan - si

yes na - mi - tek' ing yes, Ba - nan - si, yes yes, Ba - nan - si, yes Ai mi

loem - ba loem - ba loem - ba loen - ba loem - ba loem - ba loem - ba loem - ba yes, Ba - nan - si,

yes na - mi - tek' ing, yes, Ba - nan - si, yes ai mi yes, Ba - nan - si, yes!

(Uit: Veerman, 2009)

♫ 18: *Ma come bali bela bimba*

Ma co-me ba-li be-la bim-ba, be-la bim-ba, be-la bim-ba. Ma
co-me ba-li be-la bim-ba be-la bim-ba ba-li ben.
1. Var-da che pas-sa la vi-la-ne-la,
2. Dan-sa'al mat-ti-no dan-sa'al-la se-ra
a-gi-le e sne-la sa-ben dan-sar!
sem-pra leg-ge-ra sem-bra vo-lar!

of:

*Wij maken muziek met zijn allen, met zijn allen, met zijn allen
Wij maken muziek met zijn allen, met zijn allen zingen wij:
Laten we dansen, laten we zingen, laten we lachen, in de lucht springen!*

(Uit: Haverkort e.a., 2007)

♫ 19: Toemba

Em (Dm) B7 (A) Em (Dm)

Toem - ba toem - ba toem - ba toem - ba toem - ba toem - ba toem - ba.

Em (Dm) Em (Dm)

Tra - la - la tra - la - la tra - la - la - la - la - la,

A7 (Gm) Em (Dm) B7 (A) Em (Dm)

Tra - la - la - la - la - la - la - la - la tra - la - la - la - la - la,

(Uit: Haverkort e.a., 2007)

20: M'n tantes bloes

C (A) **C7 (A7)**

1. En ik zal je wat ver-tel-len van m'n tan-te d'r bloes die is ge-
 2. Ze heeft een nieu-we in-stal-la-tie maar er is al-tijd mot. Moet je
 3. Ja m'n tan-te is een ra-re, ja dat staat nu wel vast. Ze heeft een

(A) C **(A7) C7**

krom-pen met vier ma-ten, dat is niet voor de poes. 't Ge-beur-de
 ho-ren wat ze uit-spookt, man je lacht je ka-pot. Ze stopt de
 zoon-tje die haar au-to-el-ke dag weer be-krast. Daar zegt ze

(D) F **(D7) F7**

in de was-se-ret-te, 't is maar dat je het weet, 't is eeu-wig
 plug-gen van de box-en in het stop-con-tact, en ver-
 niets van, maar o wee, wat is er nu ge-beurd: ze heeft die

(A) C **(A7) C7**

zon-de, maar 't is lo-gisch, want het wa-ter was te heet. Nu hangt ie
 baast zich tel-kens dat zo'n ding dan uit el-kaar klapt. Ze heeft een
 ar-me jon-gen gist'-ren van de trap af ge-sleurd. Hij had een

(E) G **(D) F**

zie-lig in een hoe-kie op een han-ger naast een broe-kie in de
 twee-de paar ver-speeld, nou komt het der-de, kun je la-chen, let maar
 vie-ze mop ver-teld, toen is hij door zijn moe-ge-veld, je staat ver-

(A) C **G (A7)**

kast. Oh yeah!
 op... Klap!
 steld! Oh yeah!

♩ 21: 'k Ving vandaag een grote mug



'k Ving van-daag een gro - te mug, gro - ter dan een nijl - paard, daar kwam zo - veel reu - zel af,



dat was wel een ton waard; wie dat g'looft die is een koe, gro - ter dan een nijl - paard



wie dat g'looft die is een koe, gro - ter dan een nijl - paard.

(Uit: Veerman, 2009)

♩ 22: *Ik ben een dinosaurus*

C

1. Ik ben een di - no - sau - rus en wan - del door het bos nor -
 2. En ik ben een gi - raf - fe, mijn haar zit door el - kaar Dat
 3. Ik ben een wa - ter - buf - fel, ver - veel me al - tijd dood. Ik

maal heb ik een band - je om maar nu mag ik eens los oh
 komt, ik ken geen kap - per met een me - ters - ho - ge schaar
 krijg ook nooit een knuf - fel, ook al geef ik graag een poot.

G F C C

1.2. 3.

yeah o yeah o yeah yeah

(Uit: Veerman, 2009)

Bijlage 2. Gesprekken met gezinnen in azc Burgum

Sadullah A. is erg enthousiast over het idee om muziek met het gezin te maken. Hij houdt erg van muziek, in hun woning luisteren ze veel naar Afghaanse muziek. Het lijkt hem gezellig om muziek te maken met zijn kinderen, het liefst zou hij zo snel mogelijk meedoen als het kon. Hij zegt dat hij er vrolijk van zou worden en het fijn zou vinden om iets te doen te hebben. Nu vindt hij zijn dagen saai. Op de vraag wat hij nu overdag te doen heeft zegt hij 'niks'. Daarna heeft hij het over de kinderen van en naar school brengen en boodschappen doen. 1x per week fietst hij een uur naar Leeuwarden om daar op de markt goedkope groenten te kunnen kopen. Hij houdt van iets te doen hebben. Sadullah spreekt redelijk goed nederlands, hij verstaat en begrijpt mij meestal goed. Sadullah woont met zijn vrouw, 4 kinderen en oma in een woning op het azc. Zijn vrouw is ook aanwezig bij het gesprek maar is ontzettend somber en teneergeslagen. Ze lijkt depressief en is alleen fysiek aanwezig. Ze reageert niet op het gesprek en moet moeite doen om te reageren op mijn vragen. Zij zou niet mee willen doen met muziek maken met het gezin, ze wil alleen naar muziek luisteren. Ze voelt zich niet lekker en zou hoofdpijn krijgen van muziek maken. Oma houdt ook erg van muziek luisteren maar zou liever niet muziek spelen. Ze is een fragiele, tere, oude vrouw.

Sadullah vertelt telkens over muziek die er gemaakt werd met zijn kinderen op een ander azc waar zij vroeger woonden. Hier is hij erg enthousiast over, hij en de kinderen vonden het erg leuk. Zelf zou hij graag keyboard leren spelen, dat vindt hij een mooi instrument.

Mina is een Indiase vrouw die redelijk nederlands en erg goed engels spreekt. Ze woont op het azc en is sinds kort ook vrijwilligster voor de Vrolijkheid bij de kinderactiviteiten. Ze zou het ontzettend leuk vinden om met haar gezin muziek te maken. Ze is een enthousiaste vrouw die overal voor in lijkt te zijn. Ze heeft het veel over haar kinderen en dat die ook zo van muziek houden en altijd met hun mp3 speler in hun oren zitten. Ze denkt dat haar man het ook leuk zou vinden om muziek met elkaar te maken. Verder benadrukt ze dat ze denkt dat het voor alle gezinnen op het azc goed zou zijn, omdat ze zo weinig te doen hebben en muziek maken iets vrolijks en leuks ('something fun') is, waar mensen blij van kunnen worden. Ze hoopt heel erg dat het project door zou gaan en hier op Burgum plaats zou vinden, het liefst zo snel mogelijk.

Het laatste gezin dat ik spreek is een gezin waarvan de ouders geen Nederlands spreken en waarbij hun zoon mijn vragen vertaalt. Dit gesprek verloopt moeizaam. Vader reageert in eerste instantie enthousiast op het idee muziek te maken met het gezin. Moeder reageert afhoudend, ze lijkt in eerste instantie te denken dat ik voorstel om NU muziek met elkaar te gaan maken, en zegt dat dat niet kan omdat ze last heeft van haar voet en zich niet lekker voelt. Ze ziet er somber en moe uit. Later krabbelt de

vader terug en zegt dat hij niet mee kan doen omdat hij niet weet hoe hij muziek moet maken, hij wijst naar zijn hoofd en handen en schudt nee, hij lijkt te willen zeggen dat hij geen muziek kan maken. Het lijkt alsof mijn uitleg dat hij nog geen muziek hoeft te kunnen maken maar dat we dat met elkaar gaan leren, niet goed aankomt. Hij blijft op zijn hoofd en handen wijzen en nee schudden. De zoon die vertaalt lijkt het wel leuk om muziek te maken met zijn broer en zus, ook als ouders niet mee zouden doen zou hij wel graag willen.



Bijlage 3. Interview met medewerkster van het COA

Anna is medewerkster bij het COA. Ze heeft SPH gestudeerd en werkt inmiddels al 13 jaar bij het COA. Dit is precies het werk dat ze graag wilde doen toen ze studeerde. Ze houdt van de uitdaging, het afwisselende werk, de verschillende culturen: ze vindt haar werk geweldig!

Ze is werkzaam bij Team Wonen waarbij ze programmabegeleider is. Dit betekent dat ze mensen of gezinnen begeleidt die een status hebben gekregen bij het zoeken naar huisvesting e.d. Ze voert dus voornamelijk goed nieuws gesprekken. Verder heeft ze meer 'algemene' werkzaamheden die alle COA medewerkers met elkaar doen, zoals achter de informatiebalie zitten en heeft ze een aantal woningen onder haar hoede die ze in de gaten houdt. Ook geeft ze 'toekomsttrainingen' die worden gegeven aan mensen die hun eerste negatieve beschikking hebben gekregen. In deze trainingen wordt gewerkt aan bewustwording van hun mogelijkheden en toekomst.

De functie van het COA is signaleren en verwijzen: ze houden de bewoners van het azc zo goed mogelijk in de gaten en verwijzen door naar jeugdzorg, maatschappelijk werk of andere hulpverlening indien ze denken dat dat nodig is. Dit gebeurt relatief veel. Zelf denkt ze dat dat komt omdat er zoveel mensen zijn die al heel lang op het azc wonen, ze heeft het over 8 of 9 jaar: de mensen die bij de Pardon regeling nog niet lang genoeg hier waren maar inmiddels al wel lang op een status wachten/hopen. Verder noemt ze als reden de vaak traumatische ervaringen die mensen hebben gehad in hun verleden en het feit dat er relatief weinig te doen is voor kinderen en volwassenen.

Volgens haar is er vooral behoefte aan activiteiten voor kinderen en vrouwen op het azc. De mannen lijken zich over het algemeen wel met elkaar te vermaken, ze spreken met elkaar af in het café of bij elkaar thuis. Voor de kinderen kan er volgens haar niet genoeg zijn. Ze waardeert de activiteiten van de Vrolijkheid, maar haar inziens zouden dat er nog meer mogen zijn. Ze ziet soms gezinnen waar helemaal geen speelgoed in huis is omdat ze dat vanuit hun cultuur niet gewend zijn: daar wordt buiten gespeeld. Dat Nederland een koud land is waar het leven veel meer binnenshuis plaatsvindt, is voor zulke gezinnen een extra cultuurschok. Ze zijn niet gewend aan die leefwijze.

Voor vrouwen zouden volgens Anna ook meer activiteiten georganiseerd kunnen worden, maar daar is op dit moment ook meer aandacht voor. Er worden nu weerbaarheidstrainingen gegeven aan vrouwen en adolescente meisjes. Toch zou er nog meer voor hen kunnen gebeuren, zij zitten nu veel thuis zonder iets te doen.

Ze heeft het idee dat gezinnen onderling weinig contact hebben met elkaar, ze zijn toch veel met hun eigen dingen bezig in hun eigen woning. Het lijkt alsof er weinig onderlinge hulp is. Ze heeft weinig zicht op de gezinssituaties binnen de woningen. Ze kan alleen zeggen dat het vaak complexe gezinnen zijn, waar veel verschuivingen plaatsvinden mbt rolverdeling. Zo is het meestal de vader die op de fiets boodschappen doet en zich met de kinderen bezighoudt. De vrouwen zijn vaak thuis.

Met betrekking tot het idee om muziek met gezinnen te maken is Anna enthousiast. Het lijkt haar vooral heel belangrijk om dit laagdrempelig te houden en te richten op plezier en vrolijkheid. Ook met betrekking tot het aantal keer muziek maken lijkt het haar belangrijk dit laagdrempelig te houden en uit te gaan van ongeveer 4 bijeenkomsten. Ook ivm het mogelijke vertrek van gezinnen. Verder lijkt het haar belangrijk om de muziek activiteiten in een andere ruimte te organiseren dan in het huis van het gezin. Alhoewel dit voor het gezin wel een veilige omgeving is, is het ook goed om even het huis uit te komen en uit hun situatie thuis te zijn waar allerlei zorgen en problemen kunnen spelen. Anna ziet verder geen beperkingen of onmogelijkheden. Ze benadrukt wel dat het moeilijk is om een start te maken met gezinnen en dat je daar tijd voor uit moet trekken om hen te leren kennen en vertrouwd met hen te raken. Het lijkt haar onvoldoende om bijvoorbeeld slechts flyers op te hangen. Ze denkt dat het goed zou werken om een moment te organiseren, bijvoorbeeld in de vrouwenkamer, waarop ik thee met mensen kan drinken en kan vertellen over wat mijn idee is en ze ook vragen kunnen stellen en mij kunnen leren kennen. ZE moeten een beeld krijgen van waar ze zich voor op kunnen geven.

Verder benoemt ze nog dat ik er rekening mee moet houden dat er veel eenoudergezinnen zijn, met name veel moeders die hier met kinderen zijn.

Bijlage 4. Gesprek met methodiekmaakster van de Vrolijkheid

Met Janou Sipsma, methodiekmaakster van de Vrolijkheid, heb ik het over de duur van de methode. Ook Janou geeft aan dat de werkelijkheid weerbarstig is en gezinnen plotseling weg kunnen zijn. Zij heeft het over korte interventies van ongeveer 5 x, omdat er zoveel beweging in de opvang is.

We hebben het over wat een realistisch aantal sessies zou zijn, omdat ik vanuit mijn ervaring en uit de literatuur meer aan 10 dan 5 bijeenkomsten denk, doordat het scheppen van veiligheid en de kennismaking lang kunnen duren. In mijn vorige muziekproject met meiden op het azc merkte ik dat het lang duurde voordat er iets van de grond kwam, we hadden veel tijd nodig om echt op te starten en vertrouwd met elkaar te raken. Janou beaamt dit gegeven. Zij ziet de kennismakingsfase als een losse, ontzettend belangrijke fase die voorafgaat aan het echt aan de slag gaan met een gezin. Idealiter zou je eerst een half jaar op het azc rondlopen en mensen langzaam leren kennen, bijvoorbeeld in een stage. Dit is echter niet realistisch voor de methode die ik schrijf. Janou beredeneert dat het daarom logisch is om wel 4x uit te trekken om gezinnen te leren kennen, vertrouwd met elkaar te raken en een gevoel van veiligheid te creëren. Daarna zou je dan over gaan op de 5 'echte' sessies, en vervolgens een afronding. Zo kom je dus ook op 10 sessies uit: 4 x kennismaken, 5x aan de slag, 1x afsluiten. In deze manier van werken moet er wel benadrukt worden dat 10 sessies niet 10x muziek maken betekenen. De eerste 3 a 4 x zal het puur om kennismaken gaan en zou het kunnen zijn dat het alleen maar blijft bij koffie en thee drinken en wat met elkaar praten. Als deze fase er kan zijn, kan je vervolgens ook veel gemakkelijker echt aan de slag.

Verder hebben we het over de flexibiliteit die er moet zijn binnen de methode. Er moet ruimte zijn om volledig te kunnen inspelen op wat er binnen het gezin gebeurt. Dit betekent ook dat er ruimte moet zijn om 15x ipv 10x met een gezin samen te komen.

Indeling van methode: met alle literatuur! Het literatuuronderzoek vindt Janou heel belangrijk, dus dat moet gewoon in de methode verwerkt worden. Van daaruit kunnen dan randvoorwaarden beschreven worden, aanbevelingen gedaan worden en een concrete praktische beschrijving gemaakt worden van wat er mbt muzikale activiteiten ondernomen kan worden. Voor Janou is het logisch dat mijn literatuuronderzoek en mijn conclusies vooral therapeutisch georiënteerd zijn, zij ziet het pas als een 2^e fase dat ik ook een vertaalslag maak naar niet-therapeutisch. Als dat al binnen mijn product lukt dan is dat alleen maar mooi meegenomen, dit hoeft nog niet perse van haar.

Bijlage 5. Gesprek met workshopleider van ouder-kind project

Gerben heeft in de herfst een ouder-kind project gedaan dmv een tuinproject. Samen met 9 gezinnen, bijna 50 mensen, hebben ze 10 weken aan tuintjes gewerkt op het azc terrein. Deze lente begint de 2^e fase van dit project.

Het doel van het tuinproject was de zelfstandigheid en zelfredzaamheid van gezinnen stimuleren. Daarnaast wil hij dmv het project ook mensen activeren om zelf projecten en/of activiteiten op te zetten in het azc.

Gerben had vooral veel ervaring met het werken met gezinnen die hij jarenlang zeilles heeft gegeven op hun eigen boten. Hier had hij ook met hele gezinnen te maken en de dynamiek die daarbinnen speelt. Hij kon deze ervaring goed gebruiken bij het ouder-kind project.

De ouders & kinderen waren ontzettend enthousiast voor het project, hij werd overweldigd door het grote aantal deelnemers. Vooral mooi om in het project te zien was de trots die kinderen kunnen ervaren t.o.v. hun ouders als zij hen actief bezig zien en zien dat hun ouders ergens goed in zijn. Ook het contact tussen ouders en kinderen was goed, zij moesten veel met elkaar overleggen over de keuzes die ze maakten voor hun tuintje.

Belangrijke aspecten om rekening mee te houden met het werken met deze gezinnen zijn volgens Gerben de volgende:

- Gebruik de kinderen niet als intermediair voor contact met de ouders. De kinderen zitten vaak al in een positie waarin ze veel meer verantwoordelijkheden krijgen en soms meer ouders zijn dan kind. Alhoewel het soms onvermijdelijk is als ouders geen nederlands of engels spreken en het kind wel, blijft het ontzettend belangrijk om zoveel mogelijk direct contact te hebben met de ouders. Ook als het kind moet vertalen wel de ouders rechtstreeks aanspreken en aankijken.
- Spreek de ouders zoveel mogelijk aan op hun ouderlijke verantwoordelijkheid en autoriteit. Door het werken met kinderen zonder ouders ben je geneigd zelf kinderen tot de orde te roepen, maar in deze situatie waarin de ouders aanwezig zijn is het belangrijk deze taak aan de ouders over te laten/hen te stimuleren deze verantwoordelijkheid te nemen. Respecteer ouders in hun ouderrol.
- Geef gezinnen de tijd voor onderling overleg. Dit stimuleert hun onderlinge communicatie en interactie. Kom niet meteen zelf al met allerlei oplossingen, laat hen zelf dingen met elkaar uitzoeken.

Bijlage 6. Interview met Nicoline Hoos

Nicoline werkt voor de Meeuw en heeft zelf Kinder verzorging en opvoeding gestudeerd. De Meeuw is een organisatie die kansen voor kinderen in Rotterdam en omgeving probeert te verbeteren dmv in gesprek gaan met mensen die werken met kinderen (2^e lijns): leerkrachten, sph ers. Ze werken dus met een brede doelgroep: Iedereen die iets doet met kinderen en ouders. Binnen de Meeuw werken 2 grote teams :

- **team voor school:** methodiek voor kinderen op kdv 'ben ik in beeld' door de meeuw ontwikkeld. Verder ook landelijke methodieken, bv 'caleidoscoop'. Trajecten om training hierover te geven aan pedagogisch medewerkers. Ze introduceren de methode en lopen een tijdje mee om te kijken of alles goed gaat en gaan dan weer weg als het kdv de methode zelf kan uitvoeren. Metafoor: als een meeuw vliegen ze een tijdje mee & vliegen dan weer verder.
- **Team ouders** (hier werkt Nicoline bij) : richt zich op ouders > basisscholen helpen met wat wil je met ouders, hoe kan je ouders betrekken bij de school. Communicatietrainingen: hoe praat je met ouders. Huiselijk geweld en kindermishandeling: hoe signaleer je het en wat doe je dan? Leerkrachten en directie.

Verder is er ook nog het Team omgeving: richt zich op samenwerking in wijken. Ook met opvoedingsondersteuning, 33 thema's over dagelijkse opvoedingsthema's. Trainen van professionals die daarmee aan de slag willen met ouders.

Ze is enthousiast over mijn idee en vindt het een inspirerend onderwerp. Dingen die zij hierover zegt om mee te nemen in mijn overwegingen:

- Zingen is kwetsbaar. Zingen in een gezin is heel kwetsbaar: iedereen in het gezin is in een kleine groep meteen heel zichtbaar. Hoe zorg je ervoor dat het ook echt plezierig en succesvol wordt. Belangrijk om opdrachten klein te houden en wel leuk. Ze vindt het doel van de methode een mooi streven: plezier staat voorop, met elkaar iets leuks doen! Waarschijnlijk is het goed om met spelletjes te beginnen, dat is laagdrempelig. Belangrijk om in gedachten te houden dat dit samen muziek maken wel een heel mooi idee is maar ook heel confronterend: bloot. Iedereen ziet elkaar.
- Als zij bij de Meeuw iets schrijven voor ouders, gaan ze uit van de kracht van de ouders. Waar hebben de ouders plezier in? In veel culturen wordt veel gezongen, dus dat is ook een kracht. Bijvoorbeeld kinderliedjes, wiegeliiedjes. Aan elkaar laten horen > aansluiten bij wat uit hun zelf komt en uit hun eigen geschiedenis. Wat ze zelf willen.
- Instructie voor begeleider is heel belangrijk! Houd rekening met wat er uit het gezin zelf komt, sluit daarbij aan! Als je muziek noemt, wat roept dat voor reactie op! Tranen mogen er zijn, maar wat doe je als ze er zijn, hoe ga je daar

adequaat mee om. Bij haar eigen trajecten kunnen er al tranen opgeroepen worden bij 'hoe was het vroeger'. Dat is niet erg, hoort er ook bij, ook fijn om dat te kunnen delen. Als begeleider moet je er dan niet een therapeutische sessie van maken, maar geïnstrueerd worden van wat doe je dan?

- Differentiëren: probeer in de methode te differentiëren zodat er zoveel mogelijk houvast is voor begeleiders. Dwz: Als muziek ver van het gezin afstaat, wat kan je dan aanbieden. Als muziek dicht bij het gezin ligt, wat sluit daar dan qua activiteiten bij aan.
- Stel duidelijke criteria op voor waar een begeleider aan moet voldoen, wat zij moet kunnen, hoe ervaren zij moet zijn.
- Als ouders zich opgeven, welke informatie krijgen ze dan? Gaat dat mondeling of via een tolk of flyer, of zingend?! Vanaf het begin moet de begeleider duidelijkheid kunnen scheppen over wat ze kunnen verwachten! Dit betekent ook dat de begeleider moet kunnen inspelen op wat ouders zeggen en daarbij aan moet kunnen sluiten. Zie ook 'differentiëren'.
- Training geven aan begeleiders! De begeleider is uiteindelijk het instrument voor de methode, zij moet aan kunnen sluiten!
- Als doel: vrolijk & plezier is, hoe ga je om met ouders & kinderen interactie. Kinderen leren meer van positieve ondersteuning en complimenten. Als je met elkaar gaat spelen is het ook leuk om een keer met ouders alleen af te spreken om opvoedingsvaardigheden te bespreken. Wat doe je wel en niet met je kind om positief te benaderen.
- Nicoline heeft zelf geen ervaring met het werken IN het gezin. Ze kent de organisatie 'Home Start'. Dit is een organisatie die door middel van vrijwilligers ouders ondersteunen. Zij weten maar over de do's en dont's met betrekking tot de interactie met ouders & kinderen.
- Sluit aan bij ouders, maar geef nooit advies. Stel ze vragen: help ouders hun eigen oplossingen te vinden ipv jouw eigen oplossingen aan te reiken.
- Geen advies geven maar naast ouders staan & respect hebben
- Duidelijk zijn in wat wel en niet kan
- Luisteren, samenvatten, doorvragen

Bijlage 7. DSM-IV (2008) Criteria voor PTSS

A. De persoon is blootgesteld aan een traumatische gebeurtenis waarbij de volgende punten aanwezig waren:

- De persoon heeft ervaren, waargenomen of is geconfronteerd met een gebeurtenis of gebeurtenissen die te maken hebben met doodsb bedreiging of ernstige verwondingen of een dreiging met fysiek geweld naar zichzelf of anderen.
- De reactie van de persoon bevatte intense angst.
- Hulpeloosheid
- Verschrikking en afgrijzen

opmerking: bij kinderen uit dit zich in ongeorganiseerd en opgewonden gedrag

B. De traumatische gebeurtenis is steeds terugkerend op een van de volgende manieren:

- Terugkerend en opdringende herhalingen van de traumatische gebeurtenis, inclusief beelden, gedachten of waarnemingen. *Opmerking: bij jonge kinderen komen we herhalend speelgedrag tegen waarin thema's of aspecten van het trauma worden uitgedrukt.*
- Terugkerende ellendige dromen over de gebeurtenis. *opmerking: bij kinderen komen enge dromen voor zonder herkenbare inhoud.*
- Waarnemen en voelen alsof de traumatische gebeurtenis steeds terugkeert (inclusief herbeleving, illusies, hallucinaties en flashbacks, ook tijdens de daguren waarnemen niet slaapt of alcohol heeft gebruikt). *opmerking: bij kinderen kan gebeurtenis gerelateerd gespeeld gedrag naar voren komen*
- Intense psychische stress door blootstelling aan interne en externe factoren die te maken hebben met de oorspronkelijke traumatische gebeurtenis
- psychologische reactie op blootstelling aan interne of externe factoren die overeenkomsten vertonen met de oorspronkelijke traumatisch gebeurtenis

C. Consequente vermijding van stimulansen die geassocieerd worden met het trauma en verdooving van algemene reacties(niet aanwezig voor het trauma), aangegeven door de tenminste drie van de volgende punten:

- Inzet ter vermijding van gedachten en gevoelens of gesprekken die geassocieerd kunnen worden met het trauma
- Inzet ter vermijding van activiteiten, plaatsen en mensen die herbeleving van het trauma op kunnen roepen
- Onmogelijkheid om een belangrijk aspect van het trauma te herinneren
- Duidelijk verminderde interesse in deelname aan belangrijke activiteiten

- Het gevoel van vervreemding en loskoppeling van anderen
- Een beperkt gevoel van affectie (bijvoorbeeld de onmogelijkheid om liefde te voelen)
- Beperkte toekomstverwachting (bijvoorbeeld je verwacht geen carrière te maken, geen huwelijk te hebben, geen kinderen te krijgen of een normaal lang leven te leiden)

D. Consequente symptomen van toegenomen waakzaamheid (niet aanwezig voor het trauma), aangegeven bij minimaal twee van de volgende punten:

- Moeilijkheid om inslaap te vallen en moeilijkheden met doorslapen
- Irritatie en woede-uitbarstingen
- Concentratieproblemen
- Hyper waakzaamheid
- Grote schrikachtigheid

E. De duur van de verstoringen (symptomen uit B, C, D) is meer dan een maand

F. De verstoring veroorzaakt klinische significante stress of verzwakking in sociale, beroepsmatige en andere belangrijke functioneringsgebieden

Definities:

- **acuut:** de duur van de symptomen is minder dan drie maanden
- **chronisch:** de duur van de symptomen is meer dan drie maanden