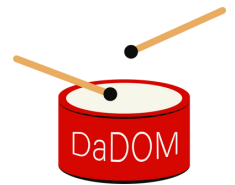


Les 1: Introductie

DaDOM online docenten training



Introductie

De eerste les van het DaDOM Studentencurriculum is een algemene introductie tot muziek in de gezondheidszorg. Studenten krijgen te horen waarom ze het DaDOM curriculum bestuderen, zien een aantal voorbeelden van de kracht van muziek in de gezondheidszorg en reflecteren op hun eigen relatie met muziek. Ze krijgen ook informatie over de eindopdracht van het DaDOM Student Curriculum om hen te helpen hun leerproces te focussen.

Rollen van muziek in het menselijk leven

Muzikale activiteit maakt deel uit van elke menselijke ervaring, of die nu participierend is of als consument of toeschouwer. Deze rol van muziek verdwijnt niet wanneer mensen oud, ziek of gehandicapt worden of op de een of andere manier niet zelfredzaam zijn in hun dagelijks leven. Het onderhouden van de muzikale identiteit van mensen is een effectieve manier om de kwaliteit van leven te verbeteren. Deze online docententraining is bedoeld om docenten gezondheidszorg toe te rusten om studenten aan te moedigen muziek te gebruiken als middel voor zorg en communicatie met hun toekomstige patiënten.

Keuzes over hoe mensen muziek benaderen verschillen van persoon tot persoon. Om deze keuzes te maken is autonomie nodig. Ze moeten misschien de mogelijkheid hebben om naar de plaatsen te gaan waar muziek gemaakt wordt, zoals een concertzaal, workshopruimte of muziekschool etc. Als de keuze valt op muziek via het internet, dan vereist dit ook toegang, vaardigheden en apparatuur om er te komen. Mensen die lijden aan ziekte, een handicap of trauma kunnen deze vaardigheden verloren hebben en daardoor geen toegang hebben tot hun keuzes.

Als gevolg daarvan hebben sommige mensen hulp nodig om hun muzikale activiteit en relatie met muziek levend te houden. We gaan er misschien vanuit dat mensen zelfredzaam zijn in hun relatie met muziek. Soms kan deze relatie echter drastisch veranderen door chronische ziekte, letsel of de gevolgen van ouderdom of dementie. Ze kunnen dan gedwongen worden om de dagelijkse gewoonten waarin muzikale activiteit geïntegreerd is te veranderen, wat hun levenskwaliteit ernstig aantast. Geen toegang hebben tot je muzikale leven is op zich al een vreselijke schok, laat staan dat je ook nog moet leven met het trauma van ziekte of handicap.

Muziek in de gezondheidszorg

Er zijn veel manieren waarop muziek mensen helpt, vooral mensen die kwetsbaar zijn. Deze cursus richt zich op het trainen van professionals in de gezondheidszorg, die dagelijks met kwetsbare mensen werken. Muziek kan een belangrijke rol spelen in dit werk als je er ruimte voor maakt. Onderzoek heeft aangetoond dat muzikale activiteiten de behoefte aan antidepressiva en kalmeringsmiddelen verminderen. Ook de fysieke en mentale beweging die muziek teweegbrengt, heeft een immense waarde voor degenen die het geluk hebben erbij betrokken te zijn.

De persoonlijke muzieksmaak van een cliënt kan een bron van welzijn en genezing zijn. In overleg met de cliënt en de zorgmedewerker, soms met hulp van familie en vrienden, kan een selectie van favoriete liedjes of stukken worden gemaakt. Deze kunnen worden beluisterd met een koptelefoon. Dit is dan een solo-activiteit die mensen kunnen doen wanneer ze willen, zonder te hoeven plannen of te synchroniseren met anderen. Het kan perfect zijn voor mensen die minder behoefte of verlangen hebben naar sociale contacten en het is waarschijnlijk beter dan een gedeelde radio, waar de zenders vaak willekeurig worden gekozen door de medewerkers, die misschien verschillende soorten programma's verkiezen.

Sommige cliënten luisteren echter graag samen met anderen naar muziek of radioprogramma's, waarbij muziek vaak een belangrijk onderdeel is. In bejaardentehuizen in IJsland bijvoorbeeld, waar mensen van vergelijkbare leeftijd over het algemeen een vergelijkbare culturele achtergrond hebben, is het zeer waarschijnlijk dat ze zich goed voelen als ze naar de nationale radiozender "Rás eitt" luisteren. Dit kan hen doen denken aan thuis zijn, met hun echtgenoten en kinderen of in hun ouderlijk huis met hun ouders en broers en zussen. In andere delen van Europa kan dit heel anders zijn, omdat mensen daar meer verschillende achtergronden en culturen hebben. In IJsland zal dit de komende jaren ook veranderen naarmate de generaties 'nieuwe' IJslanders ouder worden.

Deze gedeelde muzikale ervaringen kunnen natuurlijk leiden tot meer georganiseerde en formele muzikale groepsinterventies, die niet specifiek deel uitmaken van de DaDOM-studentenopleiding, maar studenten zullen dergelijke interventies ongetwijfeld tegenkomen in hun stages.

De derde benadering is muziek als communicatiemiddel dat de menselijke interactie verbetert en gesprekken kan vervangen voor mensen die moeite hebben met spreken. Dit kunnen zowel georganiseerde sessies zijn als, in het geval van DaDOM, spontane interacties tussen zorgpersoneel en cliënten in het dagelijks leven. Het werk van muziektherapeuten omvat natuurlijk deze benadering voor klinische doeleinden. Er zijn ook activiteiten onder leiding van musici die mensen in hun kracht zetten en hun kwaliteit van leven verbeteren, puur door het gebruik van muziek. Geplande improvisatiesessies met professionele musici zijn bijvoorbeeld ontwikkeld in het Verenigd Koninkrijk, Nederland en IJsland. Deze methode is ontstaan in Londen onder de naam Music For Life, een onafhankelijke organisatie die in 1993 is opgericht door Linda Rose en vanaf 2009 wordt geleid door Wigmore Hall Learning (<https://wigmore-hall.org.uk/learning/music-for-life>). Music For Life werd ontwikkeld met mensen die leven met dementie in gedachten, om hun levenskwaliteit te verbeteren en te streven naar genezing, empowerment en welzijn.

Een belangrijk onderzoek naar het werk van Linda Rose en Music For Life resulteerde in het boek: *While The Music Lasts* van Rineke Smilde, Kate Page en Peter Alheit (Eburon 2014 ISBN: 978-90-5972-846-2).

Ook het onderzoeksartikel: *Using Music to Develop a Multisensory Communicative Environment for People with Late-Stage Dementia* door Amy Clare, DClinPsych, Paul M. Camic, PhD, Sebastian J. Crutch, PhD, Julian West, BA, Emma Harding, Bsc, and Emilie Brotherhood, Msc. *De Gerontoloog*, 2020, Vol. 60, No. 6, 1115-1125
doi:10.1093/geront/gnz169



embrace



KARALIAUS MINDAUGO

Firla



LISTAHÁSKÓLI ÍSLANDS
Iceland University of the Arts



Co-funded by
the European Union

The European Commission's support for the production of this publication does not constitute an endorsement of the contents, which reflect the views only of the authors, and the Commission cannot be held responsible for any use which may be made of the information contained therein

Muziek is gezond verstand

Om de impact van muziek in het leven van mensen volledig te begrijpen, is het goed om te kijken naar de organische en onbewuste rol van muziek in de vroege ontwikkeling van communicatievaardigheden van zuigelingen. Gebaseerd op het luisteren en spiegelen van zijn ouders, zal een kind later voortdurend improvisatie gebruiken om te experimenteren met zijn communicatievaardigheden, maar bij de meeste individuen neemt dit experimenteren geleidelijk af naarmate hun taalcapaciteiten verbeteren en ze in staat zijn om hun gedachten en gevoelens uit te drukken.

Ons westers opgeleide begrip van muziek is standaard verbonden geraakt met muziek maken als beroep. Uitstekende uitvoerders, zelfs genieën, hebben hun leven en carrière gewijd aan de specialistische zoektocht naar perfectie, in het uitdrukken van dit magische fenomeen voor een groot publiek. Muziek op zich is echter van nature een niet-gespecialiseerde activiteit. Muziek loopt als een rode draad door alle menselijke gemeenschappen. Ook al vereisen de ontelbare aspecten van muzikale vaardigheid tientallen jaren van training en specialisatie, de fundamentele drang naar muzikale expressie bestaat in ieder van ons. Van de eerste schreeuw van een kind na de geboorte, via ritmische liederen om het werk te harmoniseren, tot dankzeggingen voor een oogst, of vieringen van geboorte, huwelijk en dood, muziek komt voort uit diezelfde noodzaak om gevoelens uit te drukken en sociale cohesie op te bouwen. Uiteindelijk is het alleen de beslissing om muziek in te kaderen en op een podium te plaatsen om naar te kijken en er geld mee te verdienen (wat professor Wilfrid Mellers 'Museumcultuur' noemde), die het verandert in dit exclusieve fenomeen dat we nu als muziek beschouwen. Een goed voorbeeld van het verbinden van het artistieke en het primaire is een compositie van Thuríður Jónsdóttir voor viool en opname. Thuríður nam de geluiden van haar jonge kind op terwijl ze borstvoeding gaf en componeerde er een muziekstuk bij door de opname te framen als een geluidsspoor met een soloviool. Het stuk heet Inni

(<https://open.spotify.com/artist/2bnzMz147M8T5y3rkwauca>)

Ook al is het geluid van het borstvoedende kind in zekere zin toevallig, als muziekstuk is het expressief, eerst van honger en misschien ongeduld en dan van gevoed welzijn.



Deze oerrol van muziek in de ontwikkeling van de menselijke opvoeding was duidelijk bekend bij de pioniers van het formele onderwijs. In het oude Griekse onderwijs was muziek een van de slechts drie kernvakken (naast dans en poëzie) en het bleef een kernvak gedurende de Middeleeuwen. Nu het leven steeds ingewikkelder wordt en gespecialiseerde vaardigheden en training vereist, en onderwijsautoriteiten steeds meer nadruk leggen op wetenschappelijke vakken en IT-competenties in de zoektocht naar inzetbaarheid, lijkt het erop dat muziek en andere kunstzinnige expressievakken worden verwaarloosd of op zijn minst een lagere prioriteit krijgen. Dit is de afgelopen decennia gebeurd, ook al moet muziekonderwijs in IJsland volgens de wet deel uitmaken van het basisonderwijs. Deze evolutie maakt het nog dringender om ons te herinneren welke zeer reële rol muziek in ons leven speelt.

Muziek is op holistische wijze geïntegreerd in het leven. Zoals eerder gezegd, wordt muziek al zolang we de geschiedenis kunnen volgen gebruikt in de meeste aspecten van het menselijk leven. In veel delen van de westerse cultuur is dit echter los komen te staan van de algemene kennis en ervaring, omdat veel oplossingen zijn uitbesteed aan specialisten, als gevolg van kolonisatie, industrialisatie en het te gelde maken van gedeelde, gemeenschappelijke praktijken. In werkelijkheid zijn er echter nog steeds sporen van een gemeenschappelijke muziekpraktijk. Slaapliedjes zingen voor baby's om ze in slaap te krijgen en stoom afblazen in een dansclub zorgen voor mindfulness en afleiding van de problemen van de dagelijkse routine, om twee voorbeelden te noemen. In de Inuit-cultuur van Groenland was trommeldansen een holistische benadering van het leven in al zijn aspecten. Van geboorte tot dood maakt het gebruik van een trommel en de menselijke stem deel uit van alle menselijke activiteiten, zoals religie, geneeskunde, wetgeving, opvoeding, ziekte, vreugde, geboorte, liefde en dood. Maar met de kolonisatie door de Deense christelijke monarchie verbood de kerk deze praktijken omdat ze elementen van heidense religie bevatten, met als gevolg dat deze traditie op het punt van uitsterven staat.

De menselijke drang om ondergedompeld te worden in muziek is zo sterk dat het beschreven kan worden als een gezond verstand. Daarom lijkt het de moeite waard voor professionals in de gezondheidszorg om, met de steun van verschillende instellingen, een doel te zoeken voor muzikale activiteit door middel van formele en informele methoden in genezing, zorg en het verbeteren van de kwaliteit van leven. Het zal zonder twijfel een aanvulling zijn op de traditionele geneeskunde en een belangrijk onderdeel worden van de zorg en de klinische praktijk.