

Door de ogen van de ander kijken

Kunst als veranderkracht

Lifelong Learning in Music laat zien dat muziek een parkinsonpatiënt in beweging kan brengen, de pijn kan verzachten na een operatie en de samenleving met andere ogen naar een dementerende kan laten kijken.

Het lectoraat Lifelong Learning in Music wil een bijdrage leveren aan de ontwikkeling van musici tot lerende, onderzoekende en ondernemende professionals die midden in de samenleving staan. Het doet dat door de verschillende rollen die musici kunnen vervullen en de ontwikkeling van hun leiderschap te onderzoeken in relatie tot hun levenslange persoonlijke, artistieke en professionele ontwikkeling. Centraal staat daarbij de vraag wat het betekent voor musici om, op grond van een fundamenteel begrip van de verschillende culturele en sociale contexten waarbinnen zij werken, innovatieve praktijken met nieuw publiek vorm te geven.

Het lectoraat Lifelong Learning in Music is verbonden aan het Prins Claus Conservatorium en onderdeel van het kenniscentrum Kunst en Samenleving van de Hanzehogeschool Groningen. *Lifelong learning* kan kort omschreven worden als het vermogen (van musici) om adaptief en proactief te reageren op veranderingen in de samenleving, ‘transforming experience into knowledge, skills, attitudes, values, emotions, beliefs and the senses’ (Jarvis 2002, 60).

Het doel om innovatieve praktijken te ontwikkelen vindt zijn beslag in een grote onderzoekslijn van het lectoraat, *Healthy Ageing through Music & the Arts*.¹ Een paar voorbeelden.

Parkinson: singing in patients with Parkinson's disease

Robert Harris, promovendus uit het lectoraat, voerde met het Universitair Medisch Centrum Groningen (UMCG) een kleinschalig onderzoek uit naar de invloed van zingen op ‘Parkinson-spraak’. ‘Parkinson-spraak’ wordt gekenmerkt door een gebrek aan variatie in uitspraak, waardoor het moeilijk kan zijn om patiënten te verstaan. Dat parkinsonpatiënten moeite hebben met muzikale aspecten van spraak zoals ritme, klemtoon en intonatie, staat in schril contrast met het verrassende effect van muziek op hun bewegingspatroon. Patiënten kunnen plotseling vrij normaal bewegen zodra zij muziek met een stevige beat horen. Dit bracht de onderzoeker op de vraag: als muziek een faciliterend effect kan hebben op de bewegingen van de parkinsonpatiënt, kan dit dan ook gelden voor zijn of haar stem?

Het zingen van 15 parkinsonpatiënten werd vergeleken met dat van 15 gezonde proefpersonen van dezelfde leeftijd en geslacht. Een groep van vijf neurologen en vijf neurologen in opleiding kreeg eerst de 30 spreekstemmen te horen; ze haalden daar feilloos de 15 parkinsonpatiënten uit. Alle 30 proefpersonen kregen vervolgens dezelfde muzikale opdracht: nazingen, improviseren, en een muzikale zin zingend afmaken. Uit de resultaten blijkt dat parkinsonpatiënten niet anders zingen dan gezonde individuen, terwijl de spraak in veel gevallen aangetast is. Ze zongen niet op een afwijkende toonhoogte, en net zo hoog en laag als gezonde mensen. Hun tempo week niet af van dat van gezonde mensen en hun wijze van improviseren net zo min. Er is meer studie nodig, maar de resultaten van dit onderzoek suggereren dat muziek niet alleen de parkinsonpatiënt zelf maar ook diens stem in beweging kan brengen.

Muziek en delier

Onder de werktitel *Muziek en delier*² is met het UMCG een project in voorbereiding waarbij kleinschalige muzikale live interventies ingezet worden om het welzijn van oudere chirurgische patiënten te bevorderen. Aan het UMCG vindt een pilot plaats van een nieuwe dagstructuur voor opgenomen ouderen, met als doel te onderzoeken of muziek een rol kan spelen als een ijkpunt van rust en zingeving. Daarnaast start op dezelfde afdeling een onderzoek naar de effecten van (live) muzikale interventies op de dag voorafgaand aan een operatie van de patiënten, waarbij gekeken wordt of deze een positieve invloed kunnen hebben op de postoperatieve pijnbeleving.

Kunst geeft betekenis en zin

De onderzoekers aan het lectoraat Lifelong Learning in Music zijn geen medici, muziektherapeuten of psychologen, maar professionele musici en onderzoekers. Ze gaan zelden kwantitatief en longitudinaal – over een langere periode – te werk en doen zelden effectmetingen. Uitgangspunten zijn het doelbewust uitdragen van de relatie tussen kunst en samenleving en daarnaast het bevorderen van de professionele ontwikkeling van de musicus. In het, liefst interdisciplinaire, onderzoek staat daarom de vraag centraal hoe muziek een rol kan spelen in →

diverse sociale contexten en daarmee ook hoe nieuwe artistiek gedreven praktijken voor musici kunnen worden ontsloten. Het gaat om kwalitatief sociaalwetenschappelijk onderzoek.

Het uitgangspunt daarbij is dat gezondheid en ziekte, ouder worden en uiteindelijk ook sterven niet alleen fysiek-cognitieve en sociaal-emotionele processen zijn, maar ook betekenis en zin geven. Kunst is een van de belangrijkste vormen van betekenis- en zingeving en kan voor mensen een krachtige uitdrukkingvorm zijn waarmee ze de wereld op een persoonlijke manier duiden. Dat maakt de relatie tussen kunst en gezondheid heel relevant: gezondheid en participatie zijn immers sterk verbonden met welzijn, zingeving en betekenisgeving. Nieuwe perspectieven zijn dan ook zinvol.³ Centraal in de projecten die de onderzoekers uitvoeren of in voorbereiding hebben staat de ‘veranderkracht’ van de kunsten: het vermogen van musici om te vernieuwen en uit hun comfortzone te stappen, met andere woorden *lifelong learning*!

Indachtig de ‘continually changing, or more experienced, person’ (Jarvis 2002, 60) is voor kunstenaars het concept van *transformative learning* (Mezirow 1990) belangrijk. Dit betekent dat iemand op grond van (levens)ervaring en kritische reflectie daarop zijn referentiekader kan veranderen. Het potentieel van de kunstenaar is om zijn blik op de wereld te veranderen en met nieuwe ogen, en vaak door de ogen van een ander, naar een situatie te kijken. Dit is een wezenlijke voorwaarde om te kunnen aansluiten bij de sociale context.

Muziek en dementie

Vanuit deze achtergrond kan het onderzoeksproject *Muziek en dementie* beschouwd worden, dat is afgerond in 2014. Uit dit onderzoek blijkt hoezeer participatieve muziekworkshops met dementerenden en hun verzorgers als groep de kwaliteit van leven en werken kunnen

beïnvloeden. De leerprocessen van alle betrokkenen kunnen leiden tot (kleinschalige) sociale veranderingen (Smilde et al. 2014).

Uitgangspunt was onderzoek naar het programma *Music for Life* van Wigmore Hall in Londen. Dit bestaat uit series van interactieve creatieve muziekworkshops in verpleeghuizen en centra voor dagopvang. Musici gebruiken hierbij muzikale improvisatie om communicatie in de breedste zin van het woord tot stand te brengen. Het plezier in het muziek maken staat centraal, evenals de reflecties erop van de verzorgers. De inzichten en motivatie die dat oplevert kunnen leiden tot een verbeterde interactie tussen verzorgers en patiënten. In hun workshops hebben de musici, zoals ze het noemen, een ‘360-gradenradar’ nodig: een grote sensitiviteit voor de groep waarmee gewerkt wordt. Dat uit zich ook in hun improvisatie, die daarom in het onderzoek persoonsgecentreerde improvisatie is genoemd.

Onderzoek toont aan dat muzikale communicatie heilzaam is voor mensen met dementie, en dit project kan verzorgenden doen inzien dat elke patiënt een eigen levensgeschiedenis heeft en dat bepaald gedrag een uiting van dementie kan zijn. De projecten gaan daarom ten diepste over het vinden, of hervinden, van de persoon achter de dementie. De Britse neuroloog Oliver Sacks heeft het over de ‘ik’ die nog altijd kan worden aangesproken (Sacks 2008, 385), en dat is de kernwaarde van deze praktijk. De persoonsgecentreerde muzikale improvisatie bestaat uit het contact maken met de patiënt én met jezelf als musicus (‘tuning in’ zoals de musici het noemen) en kan daarom als een muzikale metafoor dienen voor identiteit en verbinding, zoals de celliste uit het onderzoek het verwoordt: ‘You’re trying to be someone else’s music for them’ (Smilde et al. 2014, 77).

Een van de belangrijkste leerpunten waarvan de musici zich bewust werden was dat ze hun onbewuste doel, namelijk het streven naar een geleidelijke ‘verbetering’ van de patiënten, moesten loslaten. Vasthouden hieraan leidde voor de musici veelal tot een gevoel van falen zodra een patiënt niet reageerde. Voor de musici en de verzorgers was daarom het belangrijkste aspect van het leerproces het accepteren van het feit dat een patiënt op het ene moment een alerte dirigent kan zijn die de regie over de

Onderzoek toont aan dat muzikale communicatie heilzaam is voor mensen met dementie

musici heeft, en op het volgende moment opgesloten kan raken in de dementie. Toch kunnen mensen met dementie hun persoonlijkheid en identiteit duidelijk door middel van een artistieke handeling laten gelden.

‘Door de ogen van een ander kijken’ is daarmee een belangrijke boodschap van deze praktijk. Via het observeren van muzikale communicatie en de reflectie daarop hebben de onderzoekers laten zien dat er een andere blik vanuit de samenleving op dementie mogelijk is. Alle betrokkenen zijn gelijkwaardig, of zoals de trainer van de verzorgers het uitdrukte: ‘The music is generated by the musicians *from* the residents’ (Smilde et al. 2014, 247). ●

Literatuur

- Jarvis, P. (2002) ‘Lifelong learning: which way forward for higher education?’ In: *Lifelong learning: which ways forward?*, 34-46.
- Mezirow, J. (1990) ‘How critical reflection triggers transformative learning’. In: *Fostering critical reflection in adulthood*, 1-20.
- Sacks, O. (2008) *Musicophilia: tales of music and the brain*. London: Picador.
- Smilde, R., K. Page en P. Alheit (2014) *While the music lasts – on music and dementia*. Delft: Eburon.

Noten

- 1 Aansluitend bij het Healthy Ageing Network Noord-Nederland (HANNN), waarin onder andere het UMCG en de Hanzehogeschool vertegenwoordigd zijn, met onderzoek als doel.
- 2 Een delier, of plotselinge verwardheid, is een ernstige aandoening die regelmatig voorkomt bij oudere ziekenhuispatiënten.
- 3 Met dank aan Evert Bisschop Boele voor het formuleren van de uitgangspunten van deze onderzoekslijn.