

## Hoorrevalidatie en muziek(therapie)

*“Waar woorden tekort schieten, spreekt de muziek”.*

Dit bekende citaat van Hans Christian Andersen gebruik ik vaak om in één zin duidelijk te maken wat de meerwaarde is van muziektherapie. Maar wat kun je als muziektherapeut betekenen voor mensen tijdens en/of na een hoor revalidatie (bv. na plaatsing CI) in het ziekenhuis?

### **Wat is muziektherapie in het kort?**

Muziektherapie is een therapievorm waarbij muziek non-verbaal ingezet kan worden om mensen te helpen met problemen op emotioneel, sociaal, gedragsmatig of cognitief vlak. Er bestaan kortweg 2 vormen; actieve en receptieve muziektherapie. Bij actieve muziektherapie zal de patiënt actief mee musiceren, bij receptieve muziektherapie zal voor de patiënt gespeeld worden of samen naar muziek geluisterd worden. Daarbij speelt een doelstelling, bijvoorbeeld het leren omgaan met emoties of ontspanning, altijd een grote rol in de therapie.

### **Wat kun je als muziektherapeut betekenen tijdens en/na een hoor revalidatie?**

De waarneming van muziek verschilt sterk per individu, zowel met als zonder CI.

Bij muziek spelen vooral toonhoogte, timbre en ritme een rol. Uit verschillende onderzoeken naar muziek en CI blijkt dat vooral mensen aangeven dat de muzikale waarneming minder ‘mooi’ is dan vroeger of hun favoriete lied klinkt gewoon niet meer als vroeger. Als muziektherapeut kun je hier in mijn optiek goed ondersteuning bieden, want vooral het trainen van het ‘weer’ horen van muziek, zal op den duur ook voor gewenning van het ‘nieuwe muzikale geluid’ zorgen. Belangrijk in het begin is in mijn optiek dat je kiest voor muziek vanaf een goede geluidsdrager waarbij één instrument (piano of gitaar) te horen is en één zangstem. Ook kun je in eerste instantie nog kiezen voor enkel instrumentale muziek, maar snel kom je dan bij een combinatie van instrumenten uit. Waarbij men juist ook frustratie kan ervaren als men deze niet kan onderscheiden. Als muziektherapeut kun je op dit onderdeel ook zelf live spelen, zodat men direct kan zien wat er gebeurt en ook kan inspelen op emoties die kunnen ontstaan door de muziek of de beleving van het horen. Daarbij kan je als extra ondersteuning nog kiezen voor visuele ondersteuning door het stuk af te spelen op YouTube of de songtekst erbij te pakken, dan kan iemand de missende gedeeltes opvangen met beeld en kun je dit stap voor stap naar enkel geluid sturen.

Het weer kunnen horen van muziek, zorgt ook voor emoties. Het is fijn dat op het moment van de therapie de muziektherapeut hierin kan sturen en mensen ook kan bevragen naar wat ze ervaren. Dit is een grote meerwaarde ten opzichte van het enkel luisteren naar muziek via een oefen cd. Daarnaast kun je deels kiezen voor stukken van iemand zijn muziek voorkeur maar patiënten juist ook in aanraking laten komen met nieuwe muziek, waar ze zelf mogelijk niet direct voor kiezen. Ook hierbij speelt weer de combinatie van het muzikale en psychologische een rol, door echt te ervaren hoe men op deze nieuwe muziek reageert.

### **Zelf muziek maken.**

Naast het enkel naar muziek luisteren, kan ik me voorstellen dat het zelf (weer) kunnen musiceren na hoor revalidatie een grote wens kan zijn. In mijn muziektherapie sessies speelt improvisatie op verschillende instrumenten een grote rol. Ik sluit hierbij aan bij het niveau van de patiënt, en hanteer het -alles is goed-principe. Het gaat erom dat iemand plezier heeft in het samen muziek maken. En het een boost kan zijn om weer kennis te maken met de te horen instrumenten, zonder dat je dit specifiek als training en meer prestatie gericht neerzet. Als koordirigent vind ik het tevens interessant hoe iemand na het plaatsen van een CI weer ‘leert’ luisteren naar zijn/haar eigen (zang)stem en hoe je dit kunt inzetten in bijvoorbeeld een koor. Ik kan me goed voorstellen dat in samenwerking met een logopedist dit een goede uitwerking kan hebben tijdens en/of na de revalidatie.

Want muziek is meer dan samen klank of muzieknoden laten horen, het heeft op mensen een positieve uitwerking mede door de grote sociale activiteit. Hierdoor kan iemand met bijvoorbeeld een CI zich ook weer echt gezien en gehoord voelen!

**Marcella van der Heijde**

20 juli 2017