



▲ Een bewoner van De Digt bespeelt met zichtbaar plezier een cabasa, terwijl musicus Rachel Munneke haar improviserend begeleidt op de panfluit. Foto: Deborah Roffel

Mevrouw K. danst met haar handen

REPORTAGE MUZIEK

Het Prins Claus Conservatorium in Groningen leidt straks musici op die in workshops muziek maken met dementerende ouderen en hun verzorgers. Momenteel vindt in Haren een proefproject plaats. **Door Job van Schaik**

In een woonkamer in zorgcentrum De Digt in Haren zitten zeventien mensen in een cirkel. In het midden staat een tafel met muziekinstrumenten: trommels, cabasa's, stokken, sambabalen, diverse andere slaginstrumenten en een dirigeerstokje. „Goedemorgen, mevrouw B.”, zingt Philip Curtis, tegen een oude mevrouw in een rolstoel, bij het raam. Haar ogen zijn gesloten, het hoofd licht gekanteld. Lucy Payne begeleidt de zanger op haar cello. „Wat fijn dat u hier bèèèèèè...”, zingt Curtis. Even kijkt mevrouw B. op naar de celliste, grijpt de hand van de verzorgster naast haar en zegt wat. Dan sluit ze haar ogen en zakt weer weg.

Curtis, zanger en docent van het Prins Claus Conservatorium, zingt iedereen in de cirkel persoonlijk toe: niet alleen de negen bewoners – dementerende ouderen – maar ook hun vier begeleiders en zijn drie medemusici. De reacties van de bewoners variëren. Mevrouw K. weet niet wat ze ermee aan moet en oogt kwetsbaar en verward als Curtis zich tot haar richt. Mevrouw S. tikt met haar vingers – de nagels

zorgvuldig roze gelakt – vrolijk mee met de muziek. Een ander begint te neurien of bedankt Curtis voor zijn vriendelijke welkomzang. Bij bijna iedereen – ouderen, verzorgers en musici – verschijnt een glimlach op het gezicht.

Het is alweer de vierde muzikale workshop, in een reeks van acht, die de musici in Haren doen met dementerenden en hun verzorgers, in het zorgcomplex van ZINN aan de Digtweg. „Het is een proefproject dat op twee plekken tegelijk plaatsvindt; Den Haag doet ook mee”, zegt Rineke Smilde, lector Lifelong Learning in Music aan het Prins Claus Conservatorium en onderzoeksleider van het project. „Het doel is het ontwikkelen van een curriculum voor een onderwijsmodule binnen ons masterprogramma. In september gaan we ermee van start.”

Het project Muziek & Dementie loopt al bijna vijf jaar en wordt in juni afgerond met een symposium in Amsterdam. „In met 2009 hebben we de eerste gesprekken gevoerd met mensen van Wigmore Hall in London, die hiermee al jaren ervaring hebben”,

” Muziek van het juiste soort kan helpen een patiënt oriëntatie en houvast te geven als vrijwel niets anders dat nog kan

vertelt Smilde. „We hebben eerst drie jaar onderzoek gedaan, wat tot een boek heeft geleid met een theoretisch kader. De laatste twee jaar zijn we bezig die inzichten te vertalen naar de praktijk, toegespitst op de Nederlandse zorgsituatie.” De proefprojecten in de twee zorgcentra vormen de afsluiting.

Lucy Payne pakt een cabasa van de tafel en laat het instrument de kring rondgaan. Een van de bewoners schudt hem meteen ritmisch heen en weer. Payne speelt op haar cello een bijpassende melodie en panfluitiste Rachel Munneke improviseert mee. Even later valt ook sopraan Elizabeth Kooy in en speldert erop een muziekstuk. Als mevrouw B. in de rolstoel bij het raam de cabasa krijgt, doet ze heel even mee. „Een unicum”, fluistert zanger Timon Abels, die vandaag samen met Karolien Dons, coördinator van het proefproject, de workshop observeert en aantekeningen maakt van wat hij in de cirkel ziet gebeuren. „In de eerste sessie hield ze de hele tijd haar ogen dicht en reageerde ze nauwelijks ergens op. Heel bijzonder.”

Als het de beurt is aan mevrouw K. kijkt ze verwijfeld om zich heen. „Ik vind het helemaal niet leuk voor mezelf”, zegt ze, terwijl ze de cabasa in haar hand houdt. Ze lijkt opnieuw in verwarring gebracht. „U mag hem ook doorgeven”, zegt Payne tegen haar. Maar mevrouw K. houdt de cabasa nog even vast. Plotseling begint ze een liedje te zingen, zichzelf begeleidend op het instrument dat haar zo-even nog schrik leek aan te jagen. Ze bloeit op, lacht en al snel klinken ook de klanken van panfluit en cello weer in de woonkamer. Als even later een sambabal de cirkel rondgaat, huft mevrouw K. vrolijk op haar stoel op de muziek die al improviserend ontstaat. Ze danst met haar handen alsof ze weer achter de piano zit, net als vroeger.

Ontvankelijkheid voor muziek blijft – meer dan welk ander vermogen – het langst behouden als het brein aftakelt, zelfs bij dementerenden in een vergevorderd stadium. Muziek is vaak het laatste medium waarmee ‘het overgebleven ‘ik’ van de patiënt’ naar voren kan worden gehaald, schreef de beroemde neuroloog Oliver Sacks in zijn boek ‘Musicophilia’: „Muziek van het juiste soort kan helpen een patiënt oriëntatie en houvast te geven als vrijwel niets anders dat nog kan.”

Sacks haalt onder meer het voorbeeld aan van een oude vrouw met Alzheimer, die ondanks zware vergeetachtigheid Schumanns ‘Pianoconcert in a’ aan het instuderen is. Muziek creëert ook een gemeenschapsgevoel, schrijft Sacks: „Patiënten die door hun ziekte en dementie hopeloos geïsoleerd leken, zijn eveneens in staat anderen te herkennen en een band met hen te hebben.” Bij de workshop in Haren zie je het voor je ogen gebeuren.

„Het improviseren heeft geen klinisch doel”, benadrukt Rineke Smilde. „De dementie wordt niet minder, al zie je soms wel tijdelijke verbetering van cognitieve functies. Maar het is bovenal een artistieke bezigheid, waarbij het welbevinden van de patiënt vooropstaat. In de workshops kun je de persoon achter de dementie even zichtbaar maken. Dat doen

we door op de persoon gerichte improvisatie, waardoor dementerenden zich bewust worden van zichzelf: muziek als een ankerpunt in het moment. Het is een methode die in Nederland nog nergens wordt toegepast.” Het Prins Claus Conservatorium is het eerste dat straks masterstudenten opleidt die dit soort workshops voor musici te vergroten, maar ook omdat wij als conservatorium vinden dat muziek midden in de samenleving moet staan.”

De workshop in Haren wordt afgesloten met een gezamenlijke improvisatie. Iedereen die dat wil mag een instrument uitkiezen en meedoen. Ook mevrouw B., in de rolstoel bij het raam, laat zich even verleiden: ze slaat een paar keer met haar stok op die van de verzorgster naast haar. Anderen slaan op trommels, draaien aan de cabasa of schudden met een sambabal. Mevrouw K. danst met haar vingers over een tamboerijn alsof het een piano is, terwijl ze met haar voeten denkbeeldige pedalen bedient. „Pompom-pompompom”, zingt ze. Zelfs als de anderen al gestopt zijn wil ze van geen ophouden weten.

„Je ziet de bewoners met elke sessie meer communicatief worden”, zegt Philip Curtis na afloop. „Genezing is helaas onmogelijk, maar momenten als deze zijn zo belangrijk voor mensen met dementie.” Curtis begint met financiële ondersteuning van de Leeuwarder rotaryclub (hij is artistiek leider van het festival CityProms in Leeuwarden) in september met workshops in zorgcentra in Friesland. „Ik heb veel contact met muziektherapeuten in Friesland. Dit soort workshops kan een heel mooie, aanvullende activiteit worden.” Het wordt een proces van de lange adem, voordat de improvisatieworkshop overal in Nederland voor dementerenden beschikbaar is, realiseert Curtis zich. „Het opbouwproces zal een aantal jaar duren. Er moeten eerst meer musici getraind worden.”

Rachel Munneke, net afgestudeerd, ziet het wel zitten om in de toekomst meer workshops voor dementerenden en hun verzorgers te geven, als een van de onderdelen van haar beroepspraktijk. Het werken met dementerenden is niet alleen professioneel een verrijking, maar ook persoonlijk. „Het is heel dankbaar werk”, zegt zij. „Elke bewoner heeft zijn eigen verhaal en het is een mooie kans om met muziek iets voor andere mensen te betekenen.”

Ook de verzorgers in De Digt zien de dementerende bewoners opbloeien tijdens de workshops. „De persoonlijke benadering is heel bijzonder”, zeggen Thea Dijkshoorn en Hilda Ludolphie. „De bewoners worden op een normale manier benaderd, heel vrolijk en vriendelijk, met veel aanrakingen. Daarvoor zijn ze heel gevoelig. Die meneer met de zonnebril bijvoorbeeld bleef nu het hele uur zitten, terwijl hij anders al na een kwartier naar zijn kamer vertrekt. En anderen zitten normaal de hele ochtend te suffen en te slapen. Nu zijn ze actief.”

Dijkshoorn maakt zelf ook wel muziek voor de bewoners. „Dan speel ik oud-Hollandse liedjes op mijn accordeon. Dan gaat het dak er soms af! Maar dit is meer persoonlijk. Het contact is heftiger.”