

Muziek

is meer dan leuk!

Samen muziek maken is voor kinderen de leukste manier om 'groot te groeien' en een prettige manier om ouders te begeleiden in het opvoedingsproces. Daarnaast is muziek(therapie) een welkome aanvulling op de hulp aan kinderen met taal-spraakproblemen, een motorische achterstand of andere problemen in de ontwikkeling.

Margré van Gestel



Muziek is puls, tempo en ritme voelen. Plus klank, toonhoogte en melodieën horen. Maar muziek is ook sfeer, vorm, contrast, structuur, herhaling en daardoor veiligheid ervaren. Muziek roept verwondering op, rust of actie, beweging, verstillingschap. Eigenlijk is muziek een uitingsvorm en een afspiegeling van het leven zelf. Vooral door de stem kunnen mensen in het diepste van hun zijn geraakt worden.

Start muzikale vorming

De eerste muzikale vorming zou al plaats moeten vinden negen maanden voor de geboorte (Kodaly, 1882-1967). Eigenlijk wel logisch wanneer we gaan kijken naar groei en ontwikkeling van de foetus en de baby. Een uitspraak die, begin 1900, als erg vooruitstrevend gezien kan worden. Kennis over de ontwikkeling van de baby en de invloed van de stem, geluiden en muziek was er in die tijd nauwelijks. Pas in de tachtiger jaren werden er resultaten bekend van wetenschappelijk onderzoek naar wat een baby precies hoort tijdens de zwangerschap. In die periode is de foetus constant

omringd door geluid. In eerste instantie voelt de foetus de trillingen van de hartslag, het rommelen van de darmen en de stem van de moeder. Na ongeveer 20 weken, wanneer het gehoororgaan voldoende ontwikkeld is, hoort de foetus ook de geluiden van buiten de baarmoeder. Door te zingen, maar ook door middel van de handen op de zwangere buik te leggen kunnen de ouders al contact maken en start het proces van hechting.

Dol op klanken

Muzikale communicatie tussen ouder en baby is na de geboorte eigenlijk heel vanzelfsprekend en we herkennen allemaal de typische manier waarop jonge ouders tegen hun baby spreken. Spreken en zingen, muziekjes (speeldoosjes) en rustige ritmische bewegingen worden overal ter wereld gebruikt om de baby weer tot bedaren te brengen of in slaap te sussen. Vooral zelf zingen en de baby rustig wiegen zijn prima middelen om stress bij de baby te reguleren. Baby's zijn dol op klanken en kunnen meteen na de geboorte ook zelf hun stem gebruiken. Ze reageren dan bij

voorkeur op hoge stemmen omdat die aansluiten bij de geluiden die zij, met hun korte stembanden, zelf kunnen maken. De meeste ouders spreken dan ook tegen hun baby op een wat hogere toon. Ze gebruiken verschillende klanken en hebben al snel door dat ze de baby even tijd moeten geven om te reageren. Zo wordt beurt nemen een vanzelfsprekend onderdeel van hun communicatie.

Zelf zingen stokt

Liedjes en spelactiviteiten zijn van generatie op generatie doorgegeven, ook in ons land: 'Slaap kindje slaap', 'Naar bed naar bed zei Duimelot', wie kent ze niet? En daar zit tegenwoordig een probleem. Door de kleiner wordende gezinnen, de werkende ouders en het reduceren van de kunst, cultuur en muziekeducatie zijn jonge ouders niet meer opgevoed om zelf te zingen en hebben ze de kinderliedjes en spelletjes niet meer paraat. En juist het samen zingen en samen spelen is wat jonge kinderen nodig hebben. Het is belangrijk daar aandacht aan te besteden en tijd voor vrij te maken. Dat hoeft niet moeilijk te zijn, want liedjes



en spelletjes kunnen heel gemakkelijk in de dagelijkse handelingen ingevoegd worden. Ook zelf verzonden liedjes en teksten zijn prima. Bij het verschonen, het in bad doen of wanneer de baby na de voeding weer even is 'bijgekomen' en de baby wakker en alert is, is hij altijd in voor een liedje, een spelletje en dus communicatie.

Naast de liedjes bij de dagelijkse handelingen (bieden van structuur), de wiegeliedjes (sfeer, rust), paardrijdspelletjes (balans houden en leren omgaan met spanning) en massagemomenten (voor ontspanning en contact, maar ook de stimulatie van energiebanen in het lichaam) zijn er nog veel meer mogelijkheden om via zingen en muzikale spelactiviteiten de ontwikkeling van de baby te stimuleren.

Bijvoorbeeld door de baby een geluidje te laten volgen of samen te luisteren naar klanken.

Leren van taal en spraak

Het leren onderscheiden van verschillende geluiden en klanken is een basis voor taalontwikkeling. De baby oefent zijn stem door klanken te maken

(spraakontwikkeling) en ontdekt andere geluiden door met rammelaars en geluidenspeelgoed te experimenteren (cognitieve ontwikkeling). Woorden en zinnen zijn een belangrijk onderdeel van liedjes en taal krijgt betekenis door de activiteiten, plaatjes, attributen of spelvormen. De melodie en het ritme geven vorm aan taal en zorgen ervoor dat kinderen op een natuurlijke manier en op een vanzelfsprekende plek adem halen. Eenvoudige liedjes stimuleren ook een haperende spraakontwikkeling van de jonge kinderen. Hetzelfde geldt voor het taalverwervingsproces, zeker wanneer de dreumesen en kleuters zelf de meest opvallende stukjes uit de liedjes mee gaan zingen. Zo krijgen zij de cadans van de taal te pakken.

Motorische ontwikkeling

De motorische ontwikkeling wordt eveneens op vele manieren ondersteund door muziek en spel. In Nederland worden sinds 1990 muziekeducatielessen (Muziek op Schoot) gegeven. Jonge ouders met hun baby vanaf 4 maanden kunnen deze muziekcurssussen volgen. De liedjes sluiten aan bij de motorische ontwik-

keling van het jonge kind. De docent maakt bij het kiezen van de activiteiten onderscheid tussen grote (grote), fijne en kleine motoriek en zorgt dat dit regelmatig op het programma staat. Dat betekent dus liedjes en spelletjes met stappen door de ruimte, bewegen op muziek (groot) maar ook trommelen en werken met liedjes zoals 'Dikke duim', waarbij de kinderen de duimen uit het vuistje tevoorschijn laten komen (kleine motoriek). Doelstellingen van deze muzieklessen zijn ook gerelateerd aan de zintuiglijke, emotionele, sociale en cognitieve ontwikkeling.

Ook kinderen met een beperking zijn van harte welkom. Muziek komt altijd binnen en puls en melodie brengen ieder mens in beweging. Muziek zorgt voor structuur en vraagt om herhaling. Het volhouden van motorische activiteiten gaat gemakkelijker wanneer je er een liedje bij zingt of wanneer er een muziekje klinkt. Muziek is ook, als geen ander medium, in staat om emoties te reguleren. Het kalmeert, maar kan ook activeren. Opvoedingsondersteuning binnen de muziekeducatie en zeker in de ouder-kind groepen is heel vanzelfsprekend. Door de juiste liedjes en spelactiviteiten aan te bieden wordt ook het opvoeden thuis een stuk gemakkelijker. Muziek is veel meer dan leuk!

auteursinformatie

Margré van Gestel (v_gestel@hotmail.com) is muziekpedagoge, Motorische Remedial Teacher en NLP-master (NLP: Neuro Linguïstisch Programmeren). Zij is wereldwijd actief via Early Childhood Music Education (ECME/ ISME) en daarnaast onder meer voorzitter van Stichting Ukkepekuk Concerten en mede-initiatiefneemster van Muziek op Schoot.