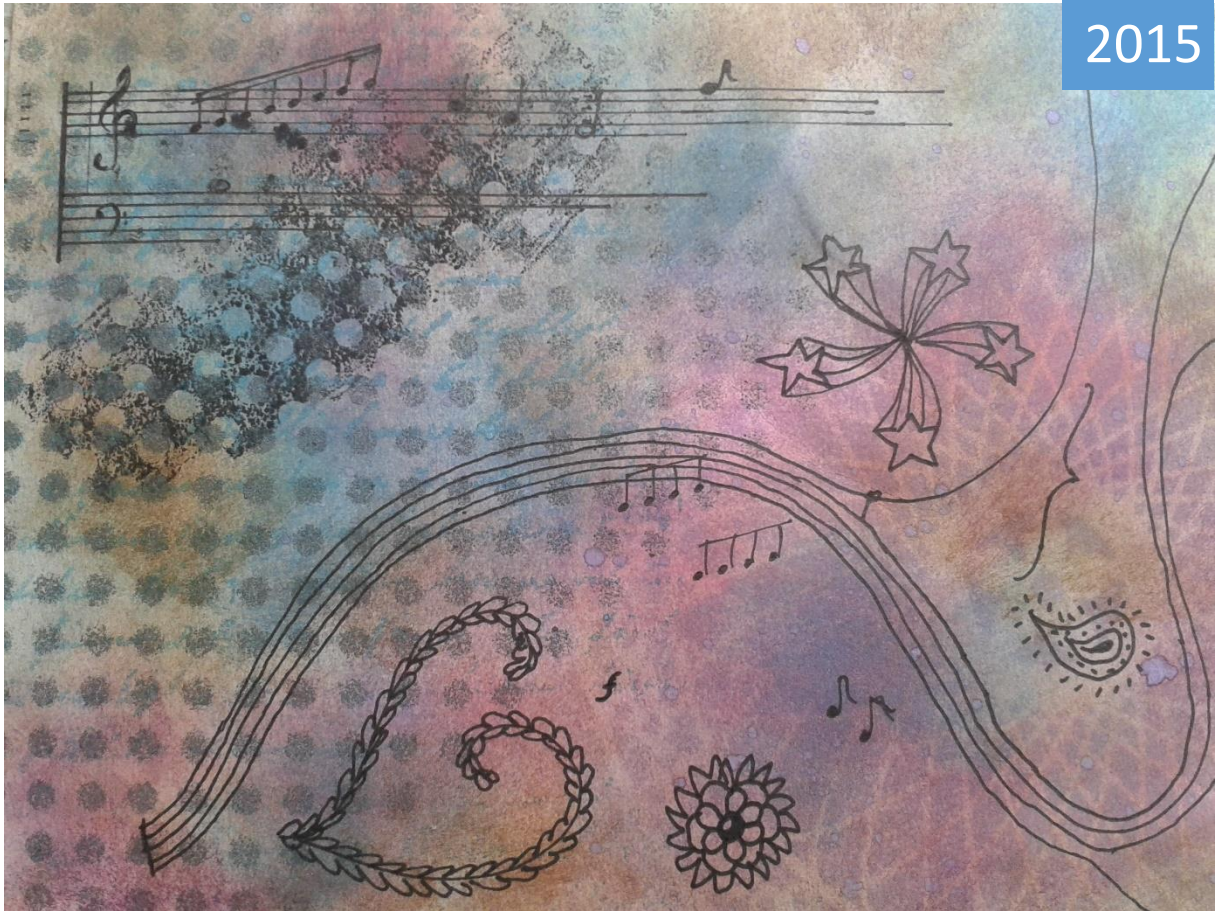


2015



Empathisch Improviseren

ONDERZOEKSVERSLAG PRAKTIJKGERICHT ONDERZOEK

SIGRID PIETERMAN-FOKKENS

STUDENTNUMMER: 1612708

1^E BEOORDELAAR: KEES BUURMAN

2^E BEOORDELAAR: NEEL DE HAAN

HOGESCHOOL UTRECHT, AMERSFOORT

Samenvatting

Dit onderzoek is een onderzoek naar empathisch improviseren door de muziektherapeut binnen een muziektherapeutisch aanbod. De afzonderlijke begrippen empathie en improvisatie komen vaak in dezelfde literatuur voor en hebben ook veel met elkaar te maken, maar er wordt nog niet echt een combinatie van deze twee begrippen gebruikt. Dit onderzoek is dan ook opgezet om er achter te komen wat empathisch improviseren is, wat de kenmerken ervan zijn, wanneer het geïndiceerd is, aan welke behandeldoelen gewerkt kan worden, welke interventies er worden gedaan en wat de behandel effecten zijn. De hoofdvraag is: Wat is voor muziektherapeuten een hanteerbare definitie van het begrip empathisch improviseren in de muziektherapie? Het onderzoek heeft dan ook geresulteerd in een definitie van empathisch improviseren. In deze definitie zijn ook de kenmerken, indicaties, behandel doelen, interventies en effecten opgenomen. Een fragment van deze definitie is: "Empathische improvisatie in de muziektherapie door een muziektherapeut is een vorm van vrij, communicatief en klinisch musiceren met of voor de cliënt, op een onvoorziene manier waarbij complementierend de directe noden van de cliënt worden ontmoet." Om tot dit product te komen, heeft een uitgebreid literatuuronderzoek plaatsgevonden en er zijn interviews gehouden met negen muziektherapeuten die in 7 verschillende segmenten werkzaam zijn.

Summary

This research is a study of empathic improvisation by the music therapist within a music therapeutic range. The separate concepts of empathy and improvisation are often used together in the same literature, but there is still no common use of the combination of those two concepts. This research has been carried out in order to get to know what empathic improvisation is, what its characteristics are, when it is indicated, what the treatment goals are, which interventions are made and what the effects of the treatment are. The main question is: What is a manageable definition for music therapists, of the concept of empathic improvisation in music therapy? The research has resulted in a definition of empathic improvisation. Within this definition, the characteristics, the indication, the treatment goals, the interventions and the effects of empathic improvisation are included. A fragment of the definition is: "Empathic improvisation by a music therapist, within music therapy, is a form of making music in a free, communicative and clinical way, in an unforeseen way, in which the direct needs of the client are complemented." There was an extensive literature research and there were nine interviews with music therapists who work in seven different segments, in order to achieve this end product.

Voorwoord

Dit praktijkgericht onderzoeksverslag is gemaakt in het kader van het onderzoek voor het afstuderen in het vierde jaar van de HBO opleiding voor Creatieve Therapie, afstudeerrichting Muziek.

Het onderwerp, empathische improvisatie, is gekozen naar aanleiding van mijn interesse en keuzes die ik in de opleiding al eerder heb gemaakt, zowel bij de stages als bij het maken van opdrachten voor methodiek en voor mediumlessen. In het tweede jaar kwam ik in aanraking met een empathisch-directieve manier van muziektherapie als het ging om het werken met mensen die leden aan Korsakov. Deze methode kon ik ook goed toepassen op het werken met mensen met NAH (niet aangeboren hersenletsel). Verder ben ik de laatste jaren heel veel bezig geweest met improviseren. Toen ontdekte ik dat er een verschil is tussen allerlei manieren en vormen van improviseren en dat dit ook op verschillende manieren kan worden toegepast in de muziektherapie. Het me verder verdiepen in het belang van empathie binnen de muziektherapie heeft me uiteindelijk geleid tot de term empathisch improviseren. In het derde jaar heb ik hierover een opdracht gemaakt voor het vak methodiek bij de methodische thematisering en methodische articulatie. Ik wilde mij nog meer verdiepen in de materie die ik tegen was gekomen en zodoende kwam ik op het onderwerp empathisch improviseren in de muziektherapie.

Ik wil mijn man Jaap-Jan en dochters Kirsten en Sirja hartelijk bedanken voor hun steun en begrip, aangezien ik heel veel tijd heb gestoken in dit onderzoek, wat niet altijd gemakkelijk was voor hen. Meerdere leraren en muziektherapeuten hebben mij geïnspireerd en van ideeën voorzien, ik wil ook hen hartelijk bedanken. Verder ben ik heel erg blij met al de mensen aan wie ik een interview mocht afnemen en ik wil hen allen bedanken: Albert Berman, Yolanthe Cornelisse, Saskia Hoogendam, Hanneke van der Kamp, Inger Langeveld, Ruloff Manuputty, Ludger Stuijt, Olga Wijlaars en Daniel Zwerts. En natuurlijk ben ik heel erg blij dat Yolanthe, Saskia en Daniel aan de evaluatie wilden meewerken. Hendrike Fokkens was zo goed om mijn verslagen na te kijken: helemaal super! Ik bedank ook mijn consulent Hans Horstink maar zeker ook Gemmy Wennemars, die de rol van consulent op zich nam door ziekte van de andere consulent ook al was dit de drukste tijd van het jaar voor de leerkrachten.

Inhoud

Samenvatting.....	1
Summary	1
Voorwoord	2
1. Inleiding	5
2. Inhoudelijke Oriëntatie	5
3. Probleemstelling.....	8
4. Hoofdvraag, deelvragen en doelstelling.....	9
4.1 Hoofdvraag	9
4.2 Deelvragen.....	9
4.3 Doelstelling.....	9
5. Onderzoeksmethode	10
6. Resultaten.....	11
6.1 Deelvraag 1.....	12
6.1.1 Literatuuronderzoek.....	12
6.1.2 Interviews	14
6.1.3 Thick Description	15
6.1.4 Samenvatting.....	15
6.2 Deelvraag2.....	16
6.2.1 Literatuuronderzoek.....	16
6.2.2 Interviews	16
6.2.3 Thick Description	17
6.2.4 Samenvatting.....	17
6.3 Deelvraag3.....	17
6.3.1 Literatuuronderzoek.....	17
6.3.2 Interviews	19
6.3.3 Thick Description	20
6.3.4 Samenvatting.....	20
6.4 Deelvraag 4.....	21
6.4.1 Literatuuronderzoek.....	21
6.4.2 Interviews	21
6.4.3 Thick Description	23
6.4.4 Samenvatting.....	24
6.5 Deelvraag 5.....	25
6.5.1 Literatuuronderzoek.....	25
6.5.2 Interviews	26

6.5.3 Thick Description	28
6.5.4 Samenvatting.....	28
6.6 Deelvraag 6.....	29
6.6.1 Literatuuronderzoek.....	29
6.6.2 Interviews	30
6.6.3 Thick Description	32
6.6.4 Samenvatting.....	32
6.7 Deelvraag 7.....	32
6.7.1 Literatuuronderzoek.....	33
6.7.2 Interviews	33
6.7.3 Thick Description	35
6.7.4 Samenvatting.....	36
7. Conclusie	36
8. Aanbevelingen	37
9. Bronnenlijst	38
Bijlage 1. Verantwoording Gedragscode Hantering.....	41
Bijlage 2 Reacties op uitgewerkt interview	42
Bijlage 3 Interviews	43
Interview 1.....	43
Interview 2.....	47
Interview 3.....	53
Interview 4.....	57
Interview 5.....	61
Interview 6.....	65
Interview 7.....	71
Interview 8.....	78
Interview 9.....	83

1. Inleiding

Dit onderzoek is een voortzetting op een eerdere thematisering, uit het derde leerjaar van de HBO opleiding voor Creatieve Therapie, afstudeerrichting Muziek. Toen werd er in het vak Methodiek gewerkt aan Methodische Thematisering en Articulatie. Tijdens het werken binnen dit vak kwam het Empathisch Improviseren naar boven als manier van muziektherapie waarop de cliënten goed reageerden en als manier die de aangeboden therapie versterkte. Bij het onderzoeken van literatuur rond deze begrippen kon er veel informatie worden gevonden over de afzonderlijke termen empathie en improvisatie binnen muziektherapeutische aanbiedingen, maar kon er via diverse zoekmachines geen koppeling tussen deze twee termen gevonden worden. Later tijdens literatuurstudie voor dit onderzoek is de combinatie tussen deze twee termen één keer naar voren gekomen, voor een manier van werken die een stuk van deze manier van werken behelst. De overtuiging dat dit een methode is die de aangeboden muziektherapie kan versterken heeft geleid tot het onderzoeken van empathisch improviseren. Dit onderzoek naar empathisch improviseren is opgezet om te onderzoeken of dit een hanteerbaar begrip zou kunnen zijn binnen de muziektherapie. Omdat er in de literatuur niet iets eenduidigs te vinden is, heeft dit onderzoek zich toegespitst op het onderzoeken wat empathisch improviseren is en waaruit het kan bestaan. De focus van dit onderzoek lag dan ook meer op het doen van onderzoek, het product kwam uit het onderzoek voort. Dit onderzoek heeft geresulteerd in het maken van een definitie.

In dit onderzoek wordt eerst in hoofdstuk twee de inhoudelijke oriëntatie beschreven. Daarna staat in hoofdstuk drie de probleemstelling. In hoofdstuk vier worden de hoofdvraag, deelvragen en de doelstelling behandeld. In hoofdstuk vijf wordt de onderzoeksmethode uiteengezet. In hoofdstuk zes staan de resultaten vermeld, per deelvraag uitgesplitst in literatuuronderzoek, de uitkomsten van de interviews en de thick description. In hoofdstuk zeven is de conclusie beschreven en in hoofdstuk acht staan de aanbevelingen.

2. Inhoudelijke Oriëntatie

Bij dit onderzoek was er sprake van een vrij uitgebreide literatuurverkenning, die een voortzetting was van een eerdere literatuurverkenning. Eerdere invalshoeken werden uitgebreid en nieuwe invalshoeken werden gevonden. In de literatuurverkenning werden de begrippen empathie en improvisatie onderzocht, maar ook werd er onderzocht wanneer en in welke situaties deze begrippen samen leken te komen in de muziektherapie. Er zullen achtereenvolgens de volgende termen en begrippen worden behandeld: improvisatie, empathie, empathie als improvisatietechniek, tegenoverdracht en empathie volgens neurologische verklaringen.

Van literatuurstudie en documentatie van praktijksituering maak je een samenvatting en analyse. Deze samenvatting vormt het hoofdstuk in het onderzoeksverslag. De rest van de beschrijvingen mag je als bijlage aan het onderzoeksverslag toevoegen.

Improvisatie:

Letterlijk betekent improvisatie: on-voor-zien (Smeijsters, 2005). Han Kurstjens (Smeijsters, 2005, p. 135) beschrijft dat dit betekent werken met iets dat nog geen vorm of kader heeft, waardoor er veel ruimte wordt overgelaten aan de actuele situatie. Improvisatie ontstaat pas op het moment zelf.

De rol en attitude van de therapeut zijn volgens Kurstjens (Smeijsters, 2005, p. 155) van groot belang in het effectief kunnen inzetten van de improvisatie. De therapeut is een betrokken, geïnvolveerde, meebewegende muzikale partner van de cliënt. Hij/zij moet voorbereid zijn op onverwachte wendingen in het spel en flexibel en meevoelend kunnen interveniëren. De term “instant composing” wordt hier voor gebruikt.

Empathie:

Empathie is een cyclisch interactieproces dat bestaat uit drie fasen: 1. Cliënt brengt iets tot uitdrukking over zichzelf of over een probleem. 2. Interactie door afstemmen op beleving. 3. Eigen innerlijke belevingswereld therapeut als verwijzingsbron om ervaren gevoelens te kunnen overeenstemmen. Dit geheel heet het empathisch resonantieproces (Vanaerschot, 2008). Verder legt Damasio (2003, p. 107) de neurologische aspecten uit. De hersenen zijn in staat om bepaalde emotionele lichaamstoestanden intern te simuleren, zoals dat wat gebeurt bij het proces waarin de emotie sympathie wordt veranderd in een gevoel van empathie. Het mechanisme dat dit soort gevoel produceert, is een variant van wat het mechanisme van de ‘alsof-lichaams-lus’ wordt genoemd. Daarbij speelt een interne stimulering van de hersenen een rol die bestaat uit een snelle wijziging van de bestaande lichaamskaarten. Dit vindt plaats wanneer bepaalde hersengebieden, zoals de prefrontale/premotorische schorsgebieden, rechtstreeks signalen sturen naar de somato-sensorische hersengebieden. Spiegelneuronen lijken belangrijk bij dit proces, deze neuronen kunnen in de hersenen van een individu de bewegingen representeren die dezelfde hersenen bij een ander individu waarnamen en signalen naar de sensomotorische structuren zenden, zodat de overeenkomstige bewegingen óf op simulerende wijze worden ‘voorvertoond’ óf werkelijk worden uitgevoerd. Deze neuronen zijn aanwezig in de frontale cortex van mensen en staan bekend als ‘spiegelneuronen’.

Het belang van empathie wordt vaak genoemd als het gaat over improvisatie in de muziektherapie (Kurstjens, 2005, Wigram, 2004, Alvin, 1965,1975, Bruscia, McCaffrey, 2013, Pavlicevic, 2000, Smeijsters, 1991, 2006, 2008). Hierbij wordt de ene keer de nadruk gelegd op het gebruik van improvisatie voor het creëren van de relatie binnen muziektherapie *“In musictherapy the purpose of improvisation is not to make “good music” but rather to create an intimate personal relationship between therapist and client”* (McCaffrey, 2013 p 307, Pavlicevic, 2000).

Empathie als improvisatietechniek:

Empathie kan worden ingezet als een techniek bij improvisatie (Wigram, 2004, Bruscia, 1998). Dit staat beschreven bij de zogenaamde Bruscia-technieken en andere improvisatietechnieken, improviseren met empathie, de kunstanaloge benadering (Kurstjens, 2005), de morfologische muziektherapie, de componententheorie van Hegi (1998, 1997, 2010). In het boek *Improvisational Models of Music Therapy* door Kenneth Bruscia (1987, P 537) maar ook in het boek van Wigram over improvisatie (2004) worden de improvisatie-technieken die hij toedicht aan empathie beschreven: *“Techniques of empathy: One of the most powerful aspects of improvisational therapy is that the therapist has myriad ways of conveying empathy directly. This is usually accomplished by nonverbally matching or mirroring what the client is doing. Matching the client serves to not only convey empathy but also to establish rapport and elicit an interactive response. Techniques in this category include imitating, synchronizing, incorporating, pacing, reflecting, and exaggerating, which can be implemented in various modalities and with varying levels of precision.”*. In het Nederlands zijn dat imitatie, synchronisatie, incorporatie, pacing, reflecteren/spiegelen en overdrijven.

Fritz Hegi schrijft in zijn boek *Improvisation und Musiktherapie* (1997, 2010, p. 154) over afstand en nabijheid, als één van de polen van de tegenstellingen van verschijningsvormen van het gevoel: *“Eine Improvisation kann so nahe gehen, dass sich die ausgesendeten zweiter Spieler ineinander verschlingen, symbiotisch vereinigen und gleichzeitig so distanziert bleiben wie eine unverbindliche Begegnung. Der Musik folgt keine Behaftungshonsequenz wie der Sprache.”*.

Tegenoverdracht:

Uit verschillende literatuur komt naar voren dat ook tegenoverdracht (Smeijsters, 1991, Dillard, 2006, Fitzbein/Wegemann), een grote rol speelt bij improviseren op een empathische manier in de muziektherapie. Hierbij kan de intra-subjectieve tegenoverdracht een rol spelen, hierbij gaat het om alle opgedane kennis en ervaringen en self-encounters (Bruscia, 1998, p56) van de therapeut zonder toedoen van de cliënt (Bruscia, 1998, p72), maar ook de intersubjectieve tegenoverdracht (Bruscia, 1998, p 81), waarbij het gaat om de reacties op de cliënt.

Empathie volgens neurologische verklaringen

Er zijn een aantal neurologische aspecten die in werking zijn bij empathie. Volgens Damasio (2003, p. 107) zijn de hersenen in staat om emotionele lichaamstoestanden intern te stimuleren. Zo ook het proces waarbij de emotie sympathie wordt verandert in een gevoel van empathie Dit mechanisme is een variant op de “alsof-lichaams-lus”, waarbij interne stimulering van de hersenen een rol spelen in de verwijzing naar bestaande lichaamskaarten of patronen. Deze verwijzingen hebben plaats in de prefrontale/premotorische schorsgebieden, die rechtstreeks signalen sturen naar de somato-sensorische hersengebieden. Ook de spiegelneuronen spelen een rol in empathie. Deze neuronen representeren de bewegingen die de hersenen waarnamen bij een ander persoon, sturen dan de signalen door naar de sensomotorische structuren, zodat er overeenkomstige bewegingen worden voorvertoond, of werkelijk worden uitgevoerd. De spiegelneuronen bevinden zich in de frontale cortex.

Damasio (1995, p.157-158) beschrijft verder dat het proces van het beleven van emotionele ervaringen begint met bewuste en weloverwogen meningen over personen en situaties (ontstaan uit ervaringen), die in mentale voorstellingen worden uitgedrukt. Deze worden dan geordend in denkprocessen die betrekking hebben op de vele aspecten van de relatie met die persoon of situatie, die ook gevolgen voor zichzelf en anderen en inzichten over de situaties in deze denkprocessen betrekken, zodat deze vooronderstellingen samen een cognitieve evaluatie van de gebeurtenis vormen. De mentale voorstellingen bestaan uit allerlei topografisch georganiseerde representaties, die tot stand zijn gekomen in de zintuigelijke hersenschorsgebieden. Zij worden weer gevormd door dispositionele representaties uit hogere associatieve schorsgebieden, die bestaan uit unieke en levenslange ervaringen met allerlei verbanden. De reacties die hieruit voortvloeien worden onbewust, automatisch en onwillekeurig naar de amygdala en naar het voorste deel van de cingulaire schors gestuurd. Intuïtie (Damasio, 1995, p. 211) bestaat uit het geven van een positief of negatief stempel aan consequenties van reacties door de lichamelijke toestanden, waardoor er buiten het bewustzijn om een beslissing wordt genomen om een reactiemogelijkheid te aanvaarden of te verwerpen: *“Creativiteit berust op een huwelijk van intuïtie en de rede”*.

Definitie

Omdat er met dit onderzoek als eindproduct een definitie wordt gemaakt, is ervoor gekozen om ook van verschillende bronnen op internet gebruik te maken om te zien wat de bestanddelen van een definitie zijn.

Een definitie is een omschrijving van een begrip (Wikipedia, 2015), die niet circulair is of synonieme termen bevat. Het is een samenvattende omschrijving van de kenmerken van een begrip, begripsbepaling of begripsomschrijving, per definitie uit de aard van de zaak (woordenboek.nl, 2015), Een definitie komt tot stand door (wikiwoordenboek, 2015) het erkennen van een beperking in de taalkennis, een observatie (zelfobservatie en observatie van anderen) van hoe het woord gebruikt wordt, een omschrijving van taaluitingen met hetzelfde woord (hierbij mag een kleuring gegeven worden zoals: wel, eens, drukt twijfel uit), en het geven van voorbeelden om de definitie te illustreren. Naast een definitie kan een semagram worden gegeven (INL, 2015), een uitgebreide omschrijving van de betekenis van een woord, volgens een vast patroon van betekenis categorieën en betekeniskenmerken. Het gaat hierbij vaak om het vermelden van relevante gegevens bij een definitie.

3. Probleemstelling

In de muziektherapie zijn zowel empathie als improvisatie belangrijke begrippen. Maar de combinatie van deze twee woorden: empathische improvisatie wordt niet gebruikt, terwijl ze wel vaak naast elkaar in dezelfde literatuur en artikelen voorkomen. Kennelijk is er een link tussen deze twee woorden. Als de combinatie van deze twee woorden, empathische improvisatie aan muziektherapeuten werd voorgelegd, herkenden ze het, ze zijn erdoor geïntrigeerd en ze weten er vaak wat over te zeggen. Bij het onderzoeken van literatuur rond deze begrippen kon er veel informatie worden gevonden over de afzonderlijke termen empathie en improvisatie binnen muziektherapeutische aanbiedingen, maar er kon via diverse zoekmachines geen directe koppeling tussen deze twee termen gevonden worden. Omdat het begrip niet duidelijk in de literatuur wordt beschreven is er niet bekend wat men wel of niet onder empathisch improviseren kan verstaan of wanneer het ingezet kan worden en er komen dan ook nog veel meer vragen naar boven. Er zijn een aantal muziektherapeuten die empathisch improviseren, als er over gepraat wordt, benoemen als hun methode van werken en andere muziektherapeuten hebben minder met deze term. Het is interessant om te onderzoeken wat er van bekend is en wat muziektherapeuten ervaren van de werking van empathisch improviseren binnen de muziektherapeutische aanbiedingen. Er is de verwachting dat het geven van muziektherapie op een empathisch improviserende manier een verdieping geeft, hierbij kan ook gedacht worden aan de manier van improvisatie die ingezet kan worden met gebruikmaking van empathische tegenoverdracht. Het is van belang voor muziektherapeuten in allerlei verschillende segmenten om te weten wat het empathisch improviseren kan doen en wanneer het ingezet kan worden. Voor het beroep van vak-therapeut is het van belang dat de werking van bepaalde processen gespecificeerd zijn en beschreven worden. Voor zover bekend bestaat er nog geen definitie van een empathisch improviserende manier van muziektherapie.

4. Hoofdvraag, deelvragen en doelstelling

4.1 Hoofdvraag

Vanuit het thema: Het belang en de achtergrond van het empathisch improviserend toepassen van muziektherapie door muziektherapeuten ben ik gekomen tot de volgende hoofdvraag:

Hoofdvraag:

Wat is voor muziektherapeuten een hanteerbare definitie van het begrip empathisch improviseren in muziektherapie?

4.2 Deelvragen

Deelvragen:

Vanuit het thema: Het belang en de achtergrond van het empathisch improviseren door de muziektherapeut in muziektherapie ben ik gekomen tot de volgende deelvragen:

Wat is empathisch improviseren in de muziektherapie en wanneer is improviseren empathisch?

Is empathisch improviseren een hanteerbaar begrip voor Muziek therapie en in welke situaties?

Wat zijn de kenmerken van empathisch improviserend spelen binnen muziektherapeutische werkvormen?

Wanneer is werken met empathisch improviserend spelen geïndiceerd?

Welke behandeldoelen kunnen via het werken met empathisch improviserend spelen behaald worden?

Wat zijn de kenmerken van de interventies bij het empathisch improviserend spelen?

Wat zijn de behandel effecten van het werken met empathisch improviserend spelen?

4.3 Doelstelling

Dit onderzoek naar empathisch improviseren is opgezet met als doel om er achter te komen of dit een hanteerbaar begrip is binnen de muziektherapie. Omdat er in de literatuur niet iets eenduidigs te vinden is, heeft dit onderzoek zich toegespitst op het nagaan wat empathisch improviseren is en uit welke onderdelen het kan bestaan. Dit heeft geresulteerd in het maken van een definitie.

Er is herkenning bij de term empathisch improviseren, er zijn een aantal muziektherapeuten die empathisch improviseren, als er over gepraat wordt, benoemen als hun methode van werken en andere muziektherapeuten hebben minder met deze term.

Het is van belang voor muziektherapeuten in allerlei verschillende segmenten om te weten wat het empathisch improviseren is. Maar ook is het van belang dat men weet wat het kan doen en wanneer het ingezet kan worden. Voor het beroep van vak-therapeut is het van belang dat de werking van bepaalde processen beschreven worden en gespecificeerd worden. Er bestaat voor zover bekend nog geen definitie van een empathisch improviserende manier van muziektherapie.

5. Onderzoeksmethode

Voorafgaand aan dit onderzoek is er in het derde leerjaar voor het vak methodiek een ontwikkelingsonderzoek geweest naar empathisch improviseren, met een kwalitatieve benadering. Het was een subjectief onderzoek, gericht op de beleving en op ervaringen. Er was hierbij sprake van een open verzameling van gegevens, waarbij de dataverzameling en de analyse met elkaar waren verbonden. Bij de data-verzameling was gebruik gemaakt van gesprekken en interviews met muziektherapeuten, literatuuronderzoek (boeken, artikelen en internet) en peerdebriefing. Deze data zijn verwerkt om de toen gemaakte deelvragen en hoofdvraag te kunnen beantwoorden. De triangulatie bestond uit het literatuuronderzoek, peerdebriefing en interviews en observaties in de praktijk.

Bij dit onderzoek werden bevindingen van het vorige onderzoek meegenomen in het vooronderzoek. Verschillende literatuur en meningen van muziektherapeuten konden worden meegenomen in overwegingen om tot keuzes te komen, of konden worden hergebruikt. Tijdens het vooronderzoek zijn echter nog meer zienswijzen en benaderingswijzen van dit onderwerp naar boven gekomen, waardoor het toch een heel nieuw vooronderzoek werd.

Dit onderzoek is een kwalitatief ontwikkelingsgericht onderzoek over een vak-therapeutisch onderwerp, namelijk empathische improvisatie door de muziektherapeut in een muziektherapeutisch aanbod. Tijdens het vooronderzoek is er ook aandacht geschonken aan het zoeken van verklaringen rond empathisch improviseren, zodat dit ook een verklaringsmodel in zich heeft. Er is een uitgebreide literatuurstudie en onderzoek geweest, zowel een vooronderzoek als een literatuuronderzoek gericht op dataverzameling met veel verschillende invalshoeken. Verder is er als data verzameling gebruik gemaakt van het houden van interviews. Bij het afnemen van deze interviews is er rekening gehouden met het zo breed mogelijk houden van de informatie verzameling. Er is dan ook voor gekozen om 9 respondenten te nemen uit verschillende werkvelden, zoals de revalidatie, verpleegzorg, geestelijke gezondheid, palliatieve zorg, gehandicaptenzorg en zelfstandige muziektherapeuten. De 9 therapeuten die meewerkten aan de interviews hadden ook allemaal verschillende werkwijzen en voorkeuren om in en mee te werken, zodat er een zo objectief mogelijk beeld zou ontstaan over empathische improvisatie. Verder zijn er nog een aantal gegevens opgenomen van gesprekken in de wandelgangen en op conferenties, die zijn verwerkt in de Thick Descriptions. Om de kwaliteit te verhogen, zijn de gehouden interviews teruggestuurd aan de deelnemers, zodat er desgewenst nog dingen aan veranderd of toegevoegd zouden kunnen worden. Per deelvraag zijn de literatuur, de interviews en de Thick Description verwerkt en samengevat. Daarna is een conclusie getrokken, die meteen het antwoord op de hoofdvraag is, maar ook het eindproduct, namelijk de definitie. Omdat het om een nog niet algemeen bekend begrip gaat is ervoor gekozen om als product een definitie op te stellen.

Kwaliteitscriteria: Er zijn drie verschillende manieren van beantwoording van de deelvragen gebruikt, namelijk het literatuuronderzoek, de interviews, en de Thick Description, waarin de informatie is verwerkt die uit gesprekken op de wandelgangen, met docenten, medestudenten en andere gesprekken met muziektherapeuten naar boven kwam. Daardoor is een vorm van triangulatie ontstaan om de kwaliteit te waarborgen.

Databronnen: Bij het verzamelen van de gegevens zijn verschillende databronnen geraadpleegd. Er is via interviews en andere gesprekken gesproken met individuele personen, de respondenten die zijn gebruikt voor de interviews zijn 9 muziektherapeuten, die in verschillende werkvelden werkzaam zijn. Er zijn tijdens het vooronderzoek mediaproducten (Filmpjes) bekeken (ook al zijn ze niet opgenomen in het onderzoek). Er is literatuur geraadpleegd bestaand uit boeken in verschillende talen, artikelen uit verschillende landen, scripties en praktijkbeschrijvingen. Verder is er om aan artikelen en boeken te komen gebruik gemaakt van verschillende databanken, zoals LUCAS, HBO-kennisbank, en andere databanken waarvan toegang kon worden verkregen via de HU-bibliotheek site. Hiermee is voldaan aan databronnen-triangulatie.

Dataverzamelings technieken: Als dataverzamelings techniek is gebruik gemaakt van het open interview. Er sprake van een open gesprek, met een aantal open vragen en een aantal gerichte vragen. Er was sprake van een combinatie tussen een half-gestructureerd en een gestructureerd interview. Het begin was half-gestructureerd, daarna ging het over in een gestructureerd gedeelte met gerichte vragen om aan alle informatie te komen.

Data-analyse en dataverzamelingsmethoden: De methode van de Grounded Theory is gebruikt om bij dit onderzoek tot dataverzameling en analyse te komen. De Grounded Theory is inductief (het een theorie vormen vanuit verzamelde data) en iteratief (de dataverzameling en het analyseren gaan samen op). Vooraf was er een literatuuronderzoek, daarmee is er iets afgeweken van deze methode, het liep eerst niet gelijk met de interviews, maar later wel. Het proces is verlopen volgens het schema: Het interview is opgenomen op de iPad, daarna letterlijk overgetypt (transcription). Daarna is het weer naar de respondenten (die dat wilden) toegestuurd ter correctie en ter aanvulling. De uitkomsten zijn uitgeprint, geknipt en gegroepeerd, waardoor er een codering en categorisering kon komen. De conceptualisering bestond uit het combineren van verschillende uitkomsten en antwoorden. Daarna is alles verwerkt en ondergebracht in de deelvragen, waardoor de gegevens in kerncategorieën en subcategorieën konden worden ingedeeld. Ook de vondsten uit het literatuuronderzoek zijn ondergebracht in de deelvragen. Maar ook de Thick Description, met de restopmerkingen en gesprekken van de wandelgangen en de oriëntatie-gesprekken hebben daarin een plek gekregen. Daarna is dat samengevat per deelvraag, waarna er een theorie is ontwikkeld, of een conclusie, namelijk dat er een definitie is ontstaan.

6. Resultaten

In dit hoofdstuk worden de resultaten, het beantwoorden van de deelvragen behandeld. Per deelvraag worden de uitkomsten van de literatuurstudie, van de interviews, de Thick Description en de samenvatting van deze drie afzonderlijk behandeld.

6.1 Deelvraag 1

Wat is empathisch improviseren in de muziektherapie en wanneer is improviseren empathisch?

6.1.1 Literatuuronderzoek

Om te kunnen zien wat empathische improvisatie is, is het nodig te weten welke vormen van improvisatie er nog meer kunnen zijn in de muziektherapie. Tony Wigram zet in zijn boek *Improvisation* (2004, p. 36,37) twee verschillende vormen van improvisatie tegenover elkaar, namelijk de muzikale improvisatie en de klinische improvisatie. De muzikale improvisatie wordt dan gedefinieerd als elke combinatie van geluid en geluid gecreëerd binnen een frame van begin en eind. De klinische improvisatie is dan het gebruik van een muzikale improvisatie in een omgeving van vertrouwen en ondersteuning, met de bedoeling om aan de behoefte van de cliënt tegemoet te komen. Verder beschrijft hij verschillende andere vormen van improviseren, namelijk thematische improvisatie (hoofdstuk 7), waarin weer onderscheid kan worden gemaakt tussen het improviseren via een thema of "leitmotif", een ritmische thematische improvisatie, een melodische thematische improvisatie en thematische improvisatie die muzikale technieken en therapeutische methodes omhelst. Verder beschrijft hij groepsimprovisaties (hoofdstuk 8), met concrete, abstracte en emotionele thema's. Mössler (2011, p. 166, 170, 173) beschrijft dat in de Viennese training onderscheid wordt gemaakt tussen gestructureerde improvisatie en communicatieve improvisatie. Verder noemt ze de vrije improvisatie en de voorbehandelende (probehandelnde of trying out improvisation) improvisatie.

Bij onderzoek naar de term empathisch improviseren werd deze term alleen gevonden in het boek van Tony Wigram. Hij schrijft in zijn boek *Improvisation, Methods and techniques for Music Therapy Clinicians, Educators and Students* op pagina 89 over empathisch improviseren.

"Empathic improvisation involves a therapeutic method that was first applied by Juliette Alvin where, typically at the beginning of a session, she would play (on her cello) an improvisation that empathically complemented the client's "way of being". In practice this means taking into account the client's body posture, facial expression, attitude on this particular day and previous knowledge of their personality and characteristics, and playing something to them that reflects a musical interpretation of their own way of being at that moment. It was intended by Alvin as a very empathic technique, not attempting in any way to change the client's feelings or behavior, but simply to play the music to the client without any hidden manipulation of their feelings. If a client comes into the therapy room agitated and upset, this mood can easily be incorporated into an empathic improvisation; the therapist is not trying to ameliorate or reduce the degree of distress which the client is currently experiencing but merely to play it back tot hem as a supportive and empathic confirmation."

In de boeken van Alvin (1975, 1965) werd deze term niet gebruikt. Zij beschrijft in haar boek over muziektherapie (Alvin, 1975, p.132) hoe zij haar muziektherapeutische sessies vaak start met het spelen van een sfeer of gemoedstoestand die ze waarnam bij een persoon of groep aan wie zij therapie gaf. In het boek *"Improvisational Models of Music Therapy"* door Kenneth Bruscia (1987, P 77) staat beschreven dat haar methode de Free improvisation therapy (Alvin Model) heet:

“Alvin used free improvisation as a “receptive technique” in which the client listens as the therapist improvises, and as an “active technique” in which the client improvises alone or with the therapist or group. When used receptively, the therapist improvises music to meet the immediate needs or mood of the client. In response, the client may listen silently or use the therapist’s improvisation as a background for acting out a story or fantasy.”

Op een andere plek wordt de empathische tegenoverdracht binnen een improvisatie als techniek in de muziektherapie beschreven (Bruscia, 1987, p. 153, Smeijsters, 1991, p. 47-49). Tegenoverdracht bestaat uit de onbewuste reacties van de therapeut op de cliënt en de overdracht van de cliënt, of uit de identificatie van de therapeut met de cliënt. Deze komen voort uit gevoelens, attitudes, motivaties, waarden, overtuigingen en gedragspatronen. Als de gevoelens van de therapeut het therapeutische proces beïnvloeden, wordt dat tegenoverdracht genoemd, wat als nadeel kan werken, hierbij wordt voornamelijk gedacht aan de eerst genoemde onbewuste reacties op de cliënt. Maar Priestley noemt de tweede vorm, die van identificatie met de cliënt, empathische tegenoverdracht. Hierbij identificeert de therapeut zich met de onbewuste gevoelens, “self-arts” (het instinctieve zelf, rationele zelf of geweten) of interne objecten van de cliënt, die terwijl ze bewust in de therapeut worden, kunnen dienen als leiding, gids of leidraad tot de cliënt zijn of haar innerlijke leven of staat. Priestley vermeld hierbij dat therapeuten dit ook wel een echo-effect noemen. Het gebruik hiervan kan een krachtig middel zijn om het onbewuste van de cliënt te onderzoeken. Deze tegenoverdracht wordt ook wel “concordant countertransference identification” (Bruscia, 1998, p. 59) genoemd, als hij gericht is op het innerlijke zelf van de cliënt, met wie de cliënt was en hoe hij of zij zich gedroeg en voelde in een eerdere relatie, die nu nagedaan wordt in de therapie. De therapeut ervaart dan wat de cliënt heeft ervaren en kan zich in de gevoelens, conflicten, impulsen, drive, fantasieën en beleving van de cliënt inleven. Het tegenovergestelde daarvan, is als de therapeut zich kan inleven in een van de cliënt zijn objecten van overdracht, dit heet “complementary countertransference identification”. Hierbij identificeert de therapeut zich aan wat de andere persoon in het leven met de cliënt meemaakte. Tegenoverdracht kan gevoeld worden in zelf-ontmoetingen van de therapeut met het fysieke zelf, met het psychologische zelf, met het professionele zelf, met het muzikale zelf en met het culturele zelf (Bruscia, 1998, p. 56). Hoe groter de mate van tegenoverdracht zich afspeelt in het bewustzijn van de therapeut, hoe beter de kansen zijn dat het gebruikt kan worden in de therapie om profijt te hebben in de therapeutische verbinding en het behandel proces (Bruscia 1998, p. 64).

Bij de empathie in een improvisatie kan het behulpzaam zijn als er door de therapeut een subtiele combinatie van spiegelen en de communicatie van een contrasterend affect wordt gebruikt (Watson, 2014). Deze werking staat in verband met hoe de ouders op hun kind reageren. De term “communicative musicality” wordt door hem hieraan verbonden. Dit wordt door de schrijver gekoppeld aan Stern, met zijn gebruik van verschillende modes of kanalen in interactie. Stern zelf beschrijft afstemming en afgestemde innerlijke staat (Stern, 2006), waarin ook hij verwijst naar het contact en de communicatie tussen de ouders en het kind. Ook Priestley, die in haar werk veel aandacht geeft aan overdracht en tegenoverdracht, vindt dat de therapeut vaak in een situatie is waarin snel en gemakkelijk ouder-kind relaties ontstaan (Smeijsters, 1991, p. 47-49). In de improvisatie kan dan door de therapeut in therapeutische zin met empathische tegenoverdracht en echo tegenoverdracht worden gewerkt; dat wil zeggen dat de therapeut aan de cliënt laat horen wat diens gedrag bij de therapeut heeft losgemaakt, en daar ondertussen op reageert op aspecten van de persoonlijkheid van de cliënt en op de niet toegelaten onbewuste gevoelens en belevingen van de cliënt. Rogers zegt hierover dat bij therapie de cliënt op zoek gaat naar gevoelens, waarbij de therapeut in empathie mee denkt en voelt, vanuit het referentiekader van de cliënt. Dit kan de therapeut doen als hij zich verplaatst in de subjectieve fenomenologische wereld van de cliënt

(Smeijsters, 1991, p. 63, 68). Hierbij speelt vooral de non-verbale communicatie een rol, deze wordt benadrukt als de muziektherapie als middel hiertoe wordt ingezet. .

6.1.2 Interviews

Een improvisatie is empathisch:

- Als je het doet omdat je invoelend naar iemand anders voelt: daar kunnen we wat mee.
- Als je in de improvisatie observeert en luistert en vragen stelt, zo breng je empathie in de praktijk.
- Als je rekening houdt met wat de cliënt nodig heeft. Het is per cliënt verschillend, wat wil je bereiken, waar werk je aan en met welke doelstellingen
- Als er in de improvisatie klinkt wat er bij de ander speelt, hoe de ander zich voelt. Maar het heeft ook te maken met wat je de ander gunt en wat je denkt dat de ander nodig heeft, wat iemand zou helpen.
- Als er wordt gespeeld aansluitend bij de cliënt, vanuit het gevoel voor de ander, of compassie, invoelvermogen, dat je je inleeft in de ander. Hierbij komt iemand uit zijn denken, uit het hoofd en meer in het gevoel. Je verklankt de sfeer die de ander (volgens jouw gevoel) voelt of uitstraalt. Je moet hierbij heel vrij kunnen zijn.
- Als het vooral om de relatie die je met de cliënt hebt gaat. Je bouwt de relatie op en probeert te begrijpen wat iemand doormaakt. Dat begint al met vragen stellen en geïnteresseerd zijn (bij cliënten waarmee communicatie mogelijk is). De empathie zit niet alleen in het improviseren, maar in de hele therapiesituatie.
- Als je helemaal meegaat met wat de cliënt speelt, met het gedrag, spel en verhaal van de cliënt. Het is belangrijk om schema's en ritmes los te kunnen laten en echt puur in te spelen op wat de cliënt doet of zegt.
- Voor mij persoonlijk hoort empathie bij improviseren en zijn zij één, want het in contact zijn met elkaar zit heel dicht op de empathie. Empathie is breed, dit kan in agressie zijn, maar ook in het kleine of in de stilte, in interactie en plezier en je veilig voelen.
- Als muzikant zou ik zeggen dat improvisatie sowieso empathie is, omdat je naar elkaar luistert. In therapiesituaties staat empathie synchroon aan het warme bad waarmee je begint. Het hoort bij de observatieperiode, bij het kijken wat de cliënt kan en waar de affiniteit ligt, et cetera.

Een improvisatie is niet empathisch:

- Als je improviserend bezig bent met gewoon muziek te maken zonder bladmuziek.
- Als je mensen laat kennismaken met een instrument door middel van improvisatie, en ze zo het instrument laat ontdekken.
- Als je totaal je eigen gang gaat en met niets en niemand rekening houdt.
- Als het niet aansluit bij de cliënt.
- Als je thematisch improviseert, als je heel erg vanuit muzikale parameters improviseert.
- Als je de tegenstrijdigheid zoekt en niet meer meegaat met of uitgaat van de cliënt.
- Als je een opdracht krijgt en die opdracht uitvoert in plaats van dat wat bij de situatie past te doen.

- Ik zou wel willen dat improviseren altijd empathisch was. Maar je kan ook improviseren in je ego.

6.1.3 Thick Description

Hier is een beschrijving van de eerste reacties die gegeven werden als er wordt gevraagd: Waar denkt u aan bij empathisch improviseren?

Vrije improvisatie, “heel vrije improvisatie is volgens mij altijd empathisch”, improviseren voor of met de ander, inlevingsvermogen, invoelend, invoelend samen muziek maken, vanuit je gevoel en vanuit compassie, zoeken naar de connectie, luisteren naar wat de cliënt doet en op de zo verkregen informatie inspelen, veiligheid bieden, reageren op wat er is in het moment bij de cliënt, ruimte, in het nu zijn, per halve seconde je plan bij stellen en blijven kijken en intunen, finetunen, doen wat je denkt dan de cliënt nodig heeft, meesturen, meegaan, meebewegen, met een reden dingen doen, accepteren, gevoel en interpretatie van de therapeut is heel bepalend en is een rode draad bij de empathische improvisatie, actie en interactie.

Het gaat bij empathisch improviseren in de muziektherapie door de muziektherapeut over veel meer dan de muzikale improvisatie. De voorbereiding en voordat iemand aan de slag gaat met een cliënt is al empathisch en werkt toe naar de muzikale empathische improvisatie.

Er kwamen ook vragen op: “Is improvisatie niet altijd empathisch?” of “Kan je wel improviseren zonder empathie?”

Het empathisch improviseren, is ook heel erg het accepteren van wat er komt.

Een muziektherapeut beschreef dat er tijdens een muziektherapeutische sessie kon worden aangevoeld waarheen het moet gaan met de muziek, hoe een sfeer omgebogen kan worden, maar ook welk instrument passend is, wat er voor een individu gespeeld kan worden, terwijl aan de andere kant de groep niet wordt verloren.

6.1.4 Samenvatting

Een improvisatie kan muzikaal of klinisch zijn, gestructureerd of communicatief. Verder kan een improvisatie thematisch zijn, gericht op een specifiek thema of “leitmotif”, op een ritmisch thema of op een melodisch thema. Er zijn vormen van groepsimprovisaties met concrete, abstracte en emotionele thema’s.

Empathische improvisatie is een vorm van vrije, communicatieve, klinische improvisatie. De “Free improvisation therapy” (Alvin Model), door Tony Wigram (2004, p. 89) empathische improvisatie genoemd is een therapeutische methode waarbij een improvisatie iemands “way of being” of gemoedstoestand empathisch complementeert en de directe noden of “mood” van de cliënt ontmoet. Deze vorm van improvisatie heeft volgens de psychoanalytische muziektherapie te maken met de empathische tegenoverdracht of “concordant countertransference identification” (Bruscia, 1987, Smeijsters, 1991, Bruscia, 1998) binnen een improvisatie in een muziektherapeutisch aanbod, waarbij de therapeut zich identificeert met de onbewuste gevoelens en “self-arts” van de cliënt. Volgens anderen heeft dit proces te maken met de afgestemde innerlijke staat (Stern, 2006, Smeijsters, 1991, Watson, 2014), hierbij wordt er op een subtiele manier gespiegeld en gebruik

gemaakt van contrasterende affecten. De ouder-kind relatie is hiermee te vergelijken volgens Priestley en Stern werkzaam, maar ook de spiegelneuronen spelen een rol. Volgens de interviews is het bij empathische improvisatie belangrijk om goed te observeren (kan ook goed in de observatiefase ingezet worden), in te voelen in en rekening te houden met de cliënt en om een relatie op te bouwen. De empathische improvisatie begint vaak al voor het eigenlijke musiceren. Bij de improvisatie klinkt er wat er bij de ander speelt, wat je de ander gunt, of wat de ander nodig heeft. Er wordt meegegaan, meebewogen, meegedeind met de cliënt. Het is het accepteren van wat er komt en het intunen, finetunen, aanvoelen waar de improvisatie, soms met een snelle reactie heen moet gaan.

6.2 Deelvraag2

Is empathisch improviseren een hanteerbaar begrip voor Muziek therapie en in welke situaties?

6.2.1 Literatuuronderzoek

Bij onderzoek naar de term empathisch improviseren werd deze term alleen gevonden in het volgende boek. Tony Wigram schrijft in zijn boek *Improvisation, Methods and techniques for Music Therapy Clinicians, Educators and Students* op pagina 89 over empathisch improviseren, zie hoofdstuk 6.1.1. Hieruit kan je opmaken dat het een hanteerbaar begrip kan zijn. Verder is uit dit stuk op te maken dat het gebruikt kan worden in de situatie dat de muziektherapeut het gevoel en de sfeer van een persoon of een groep uitspeelt.

6.2.2 Interviews

Zeven van de negen muziektherapeuten gaven aan dat dit zeker een hanteerbaar begrip is voor muziektherapie. “Ik denk dat heel veel muziektherapeuten dit begrip zouden herkennen.” “Ja, en voor mij is het een ideaalsituatie.” “Ik denk het wel, want het begrip empathie is wel iets wat bekend is en het begrip improvisatie ook.” “Ik denk dat het een goed begrip is voor de muziektherapeut, want dan kan je ook gaan kijken naar de distantie, om ook daarvan bewust te zijn.”

Twee muziektherapeuten gaven aan dat het:

- een te breed begrip is: “Ik weet precies wat je bedoelt, maar je zult het moeten af-kaderen, want het begrip zegt het al.”
- een beetje te algemeen verwoord was: “Het begrip is hanteerbaar, maar ik vind het te algemeen, dus dan is het weer niet een hanteerbaar begrip als het gaat om te gebruiken in iets als een rapportage.

Er was ook een opmerking dat het empathisch improviseren breder kon worden gezien, maar het is wel een passend begrip. En ook kwam de vraag naar boven: wat is dan niet empathisch improviseren?

Verder was er de opmerking dat er dan ook andere vormen van improvisatie tegenover moeten komen staan. Genoemd werden: vanuit de voor-gestructureerde muziek improviseren, vanuit een thema improviseren, vanuit je ego improviseren

De vraag kwam naar boven of er ook muziektherapeuten zijn die een basis-neutrale houding hebben van empathie.

6.2.3 Thick Description

Er zijn in de aanloop van dit onderzoek, maar ook tijdens dit onderzoek meerdere muziektherapeuten, maar ook leerkrachten en leerlingen Creatieve Therapie, afstudeerrichting muziek geweest die mee hebben gepraat en gedacht over het begrip empathische improvisatie. Zij konden zich er allemaal wat bij voorstellen en dachten ook dat het een hanteerbaar begrip zou kunnen zijn.

6.2.4 Samenvatting

Empathische improvisatie is een hanteerbaar begrip voor de muziektherapie, mits het goed beschreven en omschreven wordt, anders is het een te breed begrip. Tony Wigram beschreef de Alvin Methode als zijnde een methode van empathische improvisatie. Veel muziektherapeuten konden goed allerlei kenmerken en voorwaarden van empathisch improviseren beschrijven.

6.3 Deelvraag3

Wat zijn de kenmerken van empathisch improviserend spelen binnen muziektherapeutische werkvormen?

6.3.1 Literatuuronderzoek

Empathie is volgens Vanaerschot (2008) een cyclisch interactieproces, het empathisch resonantieproces, dat bestaat uit drie fasen: 1. De cliënt brengt iets tot uitdrukking over zichzelf of over een probleem. 2. Er ontstaat een interactie door afstemming op de beleving. 3. De eigen innerlijke belevingswereld van de therapeut gaat fungeren als verwijzingsbron om de ervaren gevoelens te kunnen overeenstemmen. Volgens Rogers is het kenmerk van empathisch handelen het vermogen om de ervaringswereld van de cliënt te beleven alsof die van jezelf is, zonder overigens het "alsof-karakter" van dat beleven te verliezen.

In het boek *Übergänge zwischen Sprache und Musik* beschrijft Hegi (1998, p. 27-28) de manier van observeren en in acht nemen van alles van de cliënt (aanshijn, beweging, gebaren, geur, uitdrukking, uitstraling, stem, toon en het zuigen wat bij de pre-verbale tijd in de ontwikkeling speelt). Hierbij legt hij de link naar de zijn theoretische achtergrond beredenering van Stern voor het observeren van zuigelingen. In de muziektherapie gaat het dan om "experimenteel onderzochte

zuigelingen” en “klinisch gereconstrueerde zuigelingen”. De ontwikkelingspsychologische hypothesen baseren zich op deze sleutels en muziektherapeuten moeten dan ook op deze manier observeren terwijl ze werken met mensen die zich in de pre-linguale fase bevinden: “Zuhören, aufhören, zugehören gehorchen” (letterlijk vertaald luisteren, luister, behoren tot, gehoorzamen) om duidelijk te maken wat en wie mensen zonder taal door muziek en beweging uitdrukken of ervaren. Stern heeft het ook over “attunement”, wat Timmermann (2003, p.50) ook wel meebewegen en instemmen noemt, de mogelijkheid om een beleven en antwoorden te verlenen is volgens hem een gegeven in muziektherapeutische processen. Ook hij heeft het hierbij over de vergelijking met de relatie tussen moeder en kind (p. 64). De analogie zit hem in de muziek en de bio-psychologische dynamiek (Timmermann, 2003, p. 51); de resonantie, synchronisatie en regulatie zit in alle levende systemen van de basisfactoren van dynamische processen en verhoudingen.

Pavlicevic (2000, p. 272; McCaffrey, 2013, p. 307) beschrijft heel mooi het doel van empathisch improviseren: *“In musictherapy the purpose of improvisation is not to make “good music” but rather to create an intimate personal relationship between therapist and client”*, het scheppen van een intieme persoonlijke relatie tussen de therapeut en de cliënt.

Dillard (2006, p. 212) beschrijft wat er gebeurt bij tegenoverdracht ervaringen van de therapeut: identificatie, empathie en emotie kunnen een aangeboren aspect van de ervaring zijn en kunnen worden gecommuniceerd op een non-verbaal niveau. Hierbij is de tegenoverdracht een muzikale respons (p. 214), die door de therapeut wordt gemaakt op de cliënt, als reactie op gevoelens, gedachten, beelden, en/of fysieke reacties die door de cliënt worden opgeroepen. Het vierde voorbeeld van tegenoverdracht welke Dillard in zijn schrijven behandelt is dat wat empathisch improviseren genoemd kan worden, namelijk een empathisch, muzikaal respons aan de onbewuste innerlijke staat van de cliënt, die geassocieerd is met een sterke identificatie met de cliënt. Dit is een gedeeltelijk bewuste belevenis of ervaring.

Kossak (2009) schrijft over de therapeutische afstemming: “Therapeutic attunement”. Hij beschrijft dat deze afstemming tussen de therapeut en de cliënt bestaat (p. 13) uit het vermogen om bij jezelf te zijn (stay centered), uitgebalanceerd en gericht bezig te zijn en alert te zijn in het moment. Dit zal de therapeut helpen om een therapeutische connectie te creëren. Deze afstemming kan ook gezien worden als het samen zijn in de “Flow” (Csikszentmihalyi, 1990). Robbins (1998) noemt dit het zijn in een therapeutische aanwezigheid (therapeutic presence) en Kossak maakt ook de referentie naar het woord spel: “play” (Winnicott, 1971), dat het in het spel zijn het zelfde betekent. Al deze woorden doelen op de wederzijdse en gezamenlijke resonantie die wordt ervaren als connectie, eenheid, begrip, ondersteuning, empathie en acceptatie. Dit kan een grote bijdrage hebben aan het scheppen van een gevoel en besef van psychologische heling. De afstemming kan gevoeld worden als een “felt sense” van eenheid met anderen, met andere levens vormen, objecten, de omgeving, het goddelijke of het universum (p. 14). Erskine (1998) noemt dit een kinetisch en emotioneel voelen (sensing) van anderen, door hun ritme, affect en ervaring door bij wijze van spreken in hun huid te kruipen, wat verder en dieper gaat dan empathie. Deze ervaring kan door anderen juist weer wel worden beschreven als empathisch. Kossak beschrijft dat Erik Erikson en Piaget vinden dat vrij en spontaan improviserend spel in het lichaam begint: *“it begins before we notice it as play, and consists at first in the exploration of sensual perceptions, of kinesthetic sensations, of vocalisations, etc”*. Kossak (2009, p. 16) legt het woord entrainment uit, het meegesleurd worden in momenten van “felt inner sense” van een diep gedeelde connectie of samensmelting in het moment. Dit kan voorkomen als het ritme in en van een resonerend veld samenkamt, zoals bij hersengolven (brainwaves), synchroon lopende tijdsgolven, zon en maan cyclus, maar ook ademhaling en circulatie en ritmes in het zenuwstelsel. Deze entrainment wordt door Kossak weer gelinkt aan “affect attunement”, het communicatieve

proces tussen moeder en kind, wat een diepe connectie met zich meebrengt in ritmische entrainment (meesleuren/ meebewegen), of gedeelde innerlijke staat van Stern (2006).

6.3.2 Interviews

Uit de interviews kwamen een aantal verschillende kenmerken naar boven.

Observeren: Bij empathisch improviseren moet er begonnen worden met observeren, luisteren en indien mogelijk vragen stellen. Kijken naar de cliënt, de houding, luisteren naar het ritme, de harmonie, hard/zacht of luid/minder luid. Is er een onevenwichtigheid? Ook het observeren van de manier waarop cliënten zijn in de interactie, hoe ze reageren op hoe je doet en op wat je zegt.

Het moment: Eerst moet de muziektherapeut in het moment zijn en dan blijft de therapeut inspelen op het moment.

Veiligheid: Een randvoorwaarde om bezig te gaan met empathisch improviseren is wel dat er veiligheid wordt gecreëerd.

Spiegelen, meegaan: Na en tijdens het observeren wordt dat wat geobserveerd is gespiegeld, om in de “mood” te komen waar de ander is, om de ander te bereiken. Het met de situatie meegaan, het proberen om de ander zijn gevoel te laten weerklinken. Meebewegen, voorzichtig meesturen en meegaan met de sfeer, met de stemming.

Loslaten: Het loslaten van muzikale kaders en het vrij bewegen in parameters kan belangrijk zijn in het empathisch improviseren. De therapeut kan al heel veel doen in de eenvoud binnen de muziek. Het neerleggen van een kleur, het geven van stiltes, soms het gebruik van maar één toon en dan zien wat er uit ontstaat. Ook kan de therapeut ervoor kiezen om het stemgebruik los te laten en het medium helemaal zijn werk te laten doen.

Interpreteren: Het is belangrijk om je in te voelen in de cliënt, het invoelend vermogen aan te spreken, hoewel het invoelen altijd een interpretatie is, het is belangrijk dat de therapeut zich daarvan bewust is. Ook is het goed, als de cliënt kan communiceren, om na te vragen of het klinkt zoals het van binnen klinkt.

Inleven: Bij empathisch improviseren is het belangrijk dat de therapeut zich inleeft in de persoon en in het achterliggende probleem, wat soms bestaat uit niet uitgesproken dingen

Vanuit gevoel: Bij empathisch improviseren wordt er gespeeld vanuit gevoel zonder oordeel, zonder te willen veranderen. Je speelt vanuit de ander, alsof je de handen bent van de cliënt, die laat horen wat er in de ziel van de ander speelt. Hierbij kan je navragen of het bij elkaar klopt.

Transparant: Het is goed om transparant te zijn als therapeut, dat er geen verborgen bedoelingen zijn (psychiatrie), dat je uit kan leggen waarom je iets doet als de cliënt daarom vraagt.

Gelijkwaardigheid: Het echt samen doen, gelijkwaardig zijn, het een wisselwerking krijgen en het verkrijgen van een gelijkwaardige positie in het spel (psychiatrie).

Interactie: Bij het samen met een cliënt empathisch improviserend spelen is het belangrijk dat er interactie is.

Sturen: Bij empathisch improviseren is het meebewegen en meesturen in de sfeer en stemming belangrijk. Maar ook het sturen of aansturen in de stemming is mogelijk. Als iemand heel druk is, kan

je heel rustig de stemming heel leeg en rustig maken, iemand kan dan misschien zich daarnaar gaan richten en gestuurd worden in een andere sfeer. Ook kan het sturend zijn dat je gaat uitvergroten wat de cliënt doet, zowel de lol als de frustratie, maar het kan ook sturend zijn om daarna de tegengestelden te laten zien, zoals de stilte en de kwetsbaarheid.

Materiaal: Per muziektherapeut zal het materiaal of instrumentarium waarmee hij of zij werkt verschillen. De een geeft aan dat er een instrument wordt gekozen wat bij de therapeut past, waarin hij of zij zich vrij en goed in voelt zodat er gemakkelijk op geïmproviseerd kan worden. De andere muziektherapeut zal meer de grenzen van het kunnen gaan opzoeken of juist hele aparte instrumenten pakken om een heel andere ervaring neer te zetten.

6.3.3 Thick Description

Een leerkracht Creatieve Therapie Muziek aan de Hogeschool Utrecht te Amersfoort zei: Het empathisch improviseren, is ook heel erg het accepteren van wat er komt. En dat is toch voor mensen moeilijk, daar zal iemand hebben moeten leren, om als therapeut op die manier te werken.

6.3.4 Samenvatting

Bij empathisch improviseren fungeert de therapeut als verwijzingsbron (Vanaerschot, 2008) om overeenstemming te krijgen in ervaren gevoelens, de ervaringswereld van de cliënt te beleven en eraan identificeren (volgens Rogers), zonder zichzelf te verliezen. Dit is de “therapeutic attunement” (Kossak, 2009), waarbij de therapeut het vermogen heeft bij zichzelf te zijn (stay centered), en uitgebalanceerd, gericht en alert te zijn in het moment, ook wel “Flow” of “Play” genoemd. Er is sprake van een wederzijdse gezamenlijke resonantie meteen “Felt Sense” van eenheid met anderen, entrainment, meegesleurd worden, soms zelfs een kinetisch en emotioneel voelen van anderen genoemd (Erskine, 1998). Ook van belang is de manier van observeren en het in acht nemen van alles, zoals onder andere de uitdrukking, uitstraling, beweging, aanschijn, stem en toon van de cliënt (Hegi, 1998), wat vooral belangrijk is bij mensen in de pre-linguale fase. Bij “attunement” (Timmermann, 2003), ook wel meebewegen en instemmen met de cliënt genoemd, is er een analogie met de moeder-kind relatie, een intieme persoonlijke relatie (Pavlicevic, 2000) in de muziek en de bio-psychologische dynamiek, ook hier werken de resonantie, synchronisatie en regulatie. Stern (2006) noemt dit “affect attunement”, of gedeelde innerlijke staat. Er wordt gecommuniceerd op een non-verbaal niveau, waarbij de muzikale respons bestaat uit empathische tegenoverdracht (Dillard, 2006), een empathisch muzikaal respons aan de onbewuste innerlijke staat van de cliënt. Het bovengenoemde wordt ondersteund door de ervaringen van de therapeuten, die het hebben over: Interactie, vanuit het gevoel, transparantie, inleven, interpreteren, gelijkwaardigheid, observeren, in het moment zijn, spiegelen en meegaan. Maar ook worden genoemd: het accepteren van dat wat er komt, veiligheid bieden als randvoorwaarde en sturen op de manier van meebewegen en meesturen of aansturen in de stemming.

6.4 Deelvraag 4

Wanneer is werken met empathisch improviserend spelen geïndiceerd?

6.4.1 Literatuuronderzoek

Uit de beschrijvingen van Smeijsters (2008, p. 179-180) kan worden afgeleid dat het werken met empathisch improviseren bij verschillende doelgroepen wenselijk is. Dit is het geval bij de doelgroep verstandelijk gehandicapten of meervoudig gehandicapten, zoals ook te zien is bij de Nordoff-Robbins methode. Bij muziektherapeuten die volgens deze methode werken speelt improvisatie in allerlei vormen een belangrijke rol. Ook Niedecken (1994) werkt bij deze groep cliënten met vrije improvisatie, om zo vrij te kunnen zijn van het door de maatschappij opgedrongen “valse zelf”. Hierdoor wordt er ruimte gecreëerd om vorm te geven aan zichzelf en aan de persoonlijke geschiedenis, omdat er vrijheid is in deze vorm van het dagelijkse beheerssysteem in het leven van deze persoon. Vrije improvisatie kan ook in deze doelgroep worden gebruikt om te reageren op de geluiden en bewegingen van een cliënt en zo speciaal afgestemd te zijn op de behoeften (Meer, 2007, p.8). En Hegi (1997, 2010) vindt het gebruik van improvisaties bij meerdere doelgroepen belangrijk, omdat dan de normen en het perfectionisme worden losgelaten. Een “fout” doet geen afbreuk aan het zelfgevoel, maar wordt juist gezien als een spontane inval of als een nieuwe mogelijkheid.

In de psychotherapeutische muziektherapie, zoals bijvoorbeeld de psychoanalytische muziektherapie (Smeijsters, 2008, p.182, Priestley, 1994) werkt men in een gemeenschappelijke improvisatie om de afweermechanismen van de cliënt te omzeilen, zodat op een symbolische manier het onbewuste tot expressie kan komen. Zo kan men via de werking van overdracht en tegenoverdracht muzikaal gevoelens over een persoon of gebeurtenis opnieuw beleven en doorwerken.

Mössler (2011, p178) beschrijft communicatieve improvisaties en vrije improvisaties om een relatie met zichzelf (attunement) op te bouwen, om te bouwen aan een relatie met de ander (structured communicative improvisation techniques) en om aan relaties te bouwen (partner play free improvisation).

6.4.2 Interviews

Empathisch improviseren heb je volgens een aantal muziektherapeuten in ieder geval nodig als je een cliënt voor het eerst krijgt, “aan het begin van een traject”, maar dat kan je “dan heel erg lang volhouden”. Het eerste doel van het empathisch improviseren is het verzamelen van informatie gegevens, als het gaat om hoe de cliënt reageert, wat hij of zij kan en hoe hij of zij omgaat met het medium. Er wordt door een aantal muziektherapeuten aangegeven dat het empathisch improviseren aan het begin staat van de therapie, maar ook dat het wordt gebruikt “omdat ik er informatie uit wil halen”. Dat het vooral handig is tijdens de observatieperiode, door een van de therapeuten fase A genoemd, maar ook in fase C, wanneer men tot een conclusie en misschien een nieuw werkdoel gaat werken (A= opstellen van doelstellingen/ observatieperiode, B= met de doelstelling aan de slag gaan en bewerkstelligen. In fase C kom je dan weer tot de conclusie. Hoe is het nu met de doelstelling, hebben we die behaald, wat gaan we nu doen, gaan we nieuwe doelstellingen maken). Een aantal

muziektherapeuten vinden dat je het in ieder geval altijd moet proberen “het kan eigenlijk altijd wel zinvol zijn”, omdat je wilt dat mensen zich vrij voelen in de muziek, of omdat je wilt dat muziek een vrij gebied is in hun leven.

Verder wordt het als goed muziektherapeutisch middel gezien bij het werken met cliënten die vrijwel of bijna non-verbaal zijn, of bij de cliënt die weinig andere mogelijkheden heeft. Hierbij kan je denken aan cliënten die zich in een vergevorderd stadium van dementie bevinden, andere mensen die zich in hun laatste levensstadium bevinden (hospice), of ernstig meervoudig gehandicapte cliënten.

Het kan ook een heel goed middel zijn als iemand niet zo verbaal ingesteld is. Dit werd ook ondersteund vanuit de revalidatie, als iemand zich verbaal niet (meer) kan uiten, kan frustratie, maar ook blijheid en natuurlijk het hele scala aan gevoelens en emotie wel geuit worden in de muziek. De ontlasting mag er zijn in het empathisch improviseren. Ook mag de extremiteit, die een NAH-er in zich kan hebben er gewoon zijn.

Het empathisch improviserend spelen wordt ingezet als iemand last heeft van spanning, onrust of pijn. Je kan het in een palliatief inzetten, waarin je recidief werkt, hierbij kan je mooi de empathische improvisatie uitvoeren voor de ander.

Als je iemand in contact wil brengen met zijn gevoel, of als je iemand wil spiegelen, als je iemand wilt helpen om een gevoel te kunnen uiten (bijvoorbeeld verdriet), maar ook om desgewenst daarna weer om te buigen naar een ander gevoel. Zo kan er ook omgegaan worden met het spelen van een sfeer en het eventueel ombuigen naar een andere sfeer als dat gewenst is (gehandicaptenzorg). Iemand anders benoemde het: Je begint met waar iemand is en neemt hem mee naar waar je hem graag naar toe zou willen nemen.

Bij chronische pijn en vermoeidheid is het geïndiceerd als er controlebehoefte is, bij faalangst, perfectionisme. Als de cliënt alleen maar in het denken zit, dus geen contact heeft met het lijf. Maar ook als er spanning is in het keelgebied, is stemgebruik in een empathische improvisatie met de cliënt een goed middel om hier aan te werken.

Als iemand ondersteuning nodig heeft, bij lage zelfwaardering. Er werd een voorbeeld gegeven van iemand die werkt met mensen die NAH hebben, dat er gewerkt en gemusiceerd kan worden in gelijkwaardigheid, terwijl die persoon een laag cognitief vermogen heeft, maar in de muziek wel weer zijn of haar leeftijd mag zijn (voorbeeld jongen van 14 met cognitief vermogen van een 3-jarige).

Bij de indicatie moet wel rekening worden gehouden met de mate van houvast die mensen nodig hebben. Het kan erg vrij zijn, tot behoorlijk voor-gestructureerd. Iemand anders zei dat je wel een vertrouwensband met iemand moet hebben als je merkt dat mensen zich ongemakkelijk kunnen voelen bij een empathische improvisatie, aangezien je als muziektherapeut wel iemands gevoel ten gehore brengt en blootlegt, hierbij gaat het om een empathische improvisatie die voor iemand gespeeld wordt.

Contra-indicatie:

Een aantal muziektherapeuten gaven aan dat ze geen contra-indicaties zouden weten.

Bij een aantal gevallen zoals bij een delier of een psychose; bij akoestische of auditieve en visuele hallucinaties kan het minder handig zijn om met een empathische improvisatie bezig te zijn.

Een prikkelgevoeligheid kan ook een contra-indicatie zijn, als mensen een epileptische aanval kunnen krijgen van onverwachte geluiden. Of dan moet er in ieder geval heel voorzichtig mee om moeten worden gegaan.

Misschien kan een contra-indicatie zijn als cliënten juist veel handvatten nodig hebben (hierbij werd specifiek het samenspelen genoemd en niet het empathisch improviseren voor de cliënt door de therapeut), hierbij werd wel een kanttekening gegeven, dat je altijd wel in de kleine dingen empathisch kan improviseren om zo een cliënt er aan te laten wennen. Dus dat betekent niet dat het helemaal een contra-indicatie is, maar meer een punt om voorzichtig mee te zijn; als iemand het niet kan hebben moet je proberen meer op een afstand te blijven en voorzichtig te zijn en qua spelen iets gestructureerds of bestaands aanbieden. De contra-indicatie zal hem eerder zitten in de structuur van de aangeboden therapie op een specifieke plek, maar niet in de empathische improvisatie zelf.

Verder kan de geschiedenis die iemand heeft in de muziek een contra-indicatie geven voor bepaalde muziektherapeutische aanbiedingen op bepaalde plekken, vanwege de tijdsdruk. Hierbij werd dit voorbeeld gegeven in de revalidatie, waar mensen na een ongeluk nog steeds worstelen met dat ze dat, wat ze kennen weer willen oppakken. Er kan heel rigide over worden gedaan door bepaalde cliënten. Het kan heel erg confronterend en frustrerend zijn voor iemand die bijvoorbeeld een hersenletsel heeft opgelopen. Er is dan te weinig tijd om er echt mee aan de slag te kunnen gaan. En verder gaan sommige mensen met NAH (vooral met goede spraak en links uitvalsverschijnselen) heel rigide om met het muziek maken, het moet wel allemaal perfect zijn, het is nooit genoeg. Ook dit voorbeeld is echter weer afhankelijk van de tijd en de middelen waarmee een muziektherapeut kan werken.

6.4.3 Thick Description

Met alle cliënten ben je aan het zoeken wat hij of zij nodig heeft en dan speel je daarop in, dat is al een empathische houding.

Bij het werken met ouderen ben ik vooral veel bezig met liederen, die toch vaststaand en voor-gestructureerd zijn.

Het muziektherapeutische aanbod wat we geven is via een vaste formule, daarbij komt weinig improvisatie kijken. Het ligt heel erg in de hoek van vast (voor-gestructureerd) en empathisch. Bij het werken met empathische improvisatie kan je wel heel veel zien bij de cliënt.

Bij het werken in de psychiatrie ben ik ongeveer 60 % met vaststaande en voor-gestructureerde muziek bezig en ongeveer 40 % met improvisatie, hierbij gaat het er om of de cliënt ervoor open staat om te gaan improviseren.

Bij het muziektherapeutisch werk in de revalidatie werk ik veel met vaststaande en voor-gestructureerde muziek en vandaaruit gaan we bezig met het uitbouwen van steeds meer stukjes improvisatie, wat dan empathische improvisatie wordt in voor-gestructureerde muziek.

Bij oudere mensen en bij mensen die in het hospice wonen gebruik ik empathische improvisaties bij mensen die verdrietig zijn en bij mensen die depressief zijn. Dan probeer ik zo te zeggen wat meer naar binnen te kruipen om contact te krijgen.

Het ligt vooral heel erg aan de cliënt, of er met empathische improvisatie wordt gewerkt of niet, sommige mensen hebben meer de vaststaande en voor-gestructureerde muziek nodig, of juist meer de distantie.

6.4.4 Samenvatting

Empathische improvisatie wordt door een aantal therapeuten in de observatieperiode ingezet, aan het begin van een traject, maar kan ook bij de evaluatieperiode, als er opnieuw geobserveerd wordt, worden ingezet, om zo aan zo veel mogelijk informatie en gegevens te komen over hoe de cliënt is in het medium, maar ook om te zien waaraan gewerkt kan worden.

Empathische improvisatie kan worden ingezet bij verschillende doelgroepen. Bij de doelgroep verstandelijk en meervoudig gehandicapten (Smeijsters, 2008, Niedecken, 1994, Alvin, 1965) is empathische improvisatie, of vrije improvisatie vanuit empathie wenselijk, omdat speciaal afgestemd kan worden op de noden van de cliënt en omdat er gereageerd kan worden op de geluiden en bewegingen van de cliënt.

Empathische improvisatie wordt ook ingezet bij mensen die geheel of gedeeltelijk non-verbaal zijn, hierbij kan onder andere gedacht worden aan mensen met vormen van dementie, mensen die zich bevinden in het laatste levensstadium, maar ook ernstig meervoudig gehandicapten. Het wordt ook ingezet bij mensen die niet zo verbaal ingesteld zijn, om het hele scala aan emoties en gevoelens te kunnen uiten in de muziek, in de empathische improvisatie is dan een ontlading mogelijk.

Het kan worden ingezet bij recidief en palliatief werken en empathisch improviseren kan worden ingezet als iemand last heeft van spanning, onrust of pijn. Verder kan het worden ingezet om iemand in contact te brengen met zijn gevoel, om iemand te helpen een gevoel te uiten, maar ook om een gevoel om te buigen naar een ander gevoel: "Je begint met waar iemand is en neemt hem mee naar waar je hem graag naar toe zou willen nemen".

In het geval van chronische pijn en vermoeidheid is het een goed middel om te werken aan problemen door controlebehoefte, faalangst en perfectionisme en als iemand te veel in het hoofd zit: een verbinding kan dan worden gelegd tussen gedachten en lijf.

In de psychoanalytische muziektherapie wordt het empathisch improviseren ingezet in een gemeenschappelijke improvisatie om de afweermechanismen van de cliënt te omzeilen, empathische tegenoverdracht wordt hier bewust ingezet.

Als contra-indicatie wordt aangegeven dat er vooral veel naar de individuele cliënt moet worden gekeken. Soms kan het in geval van een psychose niet verstandig zijn, maar ook bij een bepaalde prikkelgevoeligheid kan juist voorspelbaarheid nodig zijn. Sommige cliënten kunnen meer handvatten nodig hebben. In sommige gevallen, bij tijdsdruk en korte programma's van een muziektherapeutisch aanbod, kan het hebben van een muzikaal verleden juist averechts werken in improvisatie. Dus het blijft een zoeken en kijken naar wat de cliënt nodig heeft.

6.5 Deelvraag 5

Welke behandeldoelen kunnen via het werken met empathisch improviserend spelen behaald worden?

6.5.1 Literatuuronderzoek

Een doel wat uit de literatuur af te leiden is het goed kunnen interveniëren door flexibel, meevoelend en voorbereid te zijn op onverwachte wendingen in het spel (Kurstjens, 2005, p. 155).

Een ander doel kan zijn het komen tot bepaalde lichaamstoestanden door de interne stimulering van hersendelen (Damasio, 2003, p. 107). Bij deze stimulering werken spiegelneuronen mee, die zich bevinden in de frontale cortex. Zij zorgen voor de spiegeling van overeenkomstige bewegingen en voor de spiegeling van lichaamstoestanden. Alvin (1975, p. 132) schrijft over het fenomeen van de “mood” van groepen die door een voor deze situaties sensitief persoon meteen gevoeld of ervaren kan worden. Een muziektherapeut zou sneller kunnen communiceren met de groep als hij of zij iets spontaans, wat de mood van de groep reflecteert, begint te improviseren. Zij vermeldt hierbij dat onbekende stukken erom bekend staan meer te weeg te brengen dan bekende stukken. Het doel van muziektherapeutische sessies met live geïmproviseerde muziek door de therapeut is om ieder lid van de groep te integreren en om een collectieve herinnering van gevoelens en feiten op te bouwen, die de leden van de groep samenbinden. Zo worden interpersoonlijke relaties opgebouwd die gebaseerd zijn op een gezamenlijk emotionele ervaring, om de algemene aandacht te focussen op een aantal gecombineerde visuele en auditieve percepties.

Bruscia (1987, p. 324) beschrijft dat het primaire doel van de vrije improvisatie door en met de cliënten in een groep het identificeren is van het wie, wat en hoe van het wel of geen contact maken van de cliënt in het musiceren. Vaak geeft de zo verkregen informatie directe toegang tot het probleem van de cliënt (Metaphoric improvisation therapy). Deze methode van vrije improvisatie benadrukt het in contact zijn.

In het boek “Klingende Systemen” schrijft Timmermann (2003) over de vrij geïmproviseerde klaagzang, waarbij de adem de fasering en de rouw is van de ziel in de inhoud van het lied (p. 19). Verder beschrijft hij dat bij de fenomenologische benadering het proces in de voorgrond staat (p. 28-29), met de erkenning van het probleem en het vinden van de oplossende beelden, om het essentiële in gesproken taal te kunnen gaan vertegenwoordigen. Hierbij wordt vermeld dat deze zinnen alleen de adequate werking hebben als de therapeut ze met empathie brengt en ze door de cliënten echt aangenomen kunnen worden. Het is dan van belang dat de therapeut dan zijn interventies minimaliseert en zo veel tijd en ruimte open laat voor het intuïtieve handelen en improviseren.

Bij de Nordoff-Robbins muziektherapie (Smeijsters, 2008, p. 179/180, 2006, p. 138) wordt veel gewerkt met actieve muziektherapie, omdat er zo een grotere uitdaging in de muziek is, er is dan een sterke betrokkenheid en een persoonlijk commitment en tijdens het improviseren komt het innerlijk dan naar buiten. De veranderingen in de improvisatie houden de emotionele beleving in beweging en er ontstaat gemakkelijker reflectie en transformatie. In het boek “Improvisational Models of Music Therapy” beschrijft Bruscia (1987, p. 24) dat er in verschillende fasen van de muziektherapie aan verschillende doelen wordt gewerkt. Eerst creëert en improviseert de therapeut muziek die in de

therapie gebruikt zal worden. Daarna gebruikt de therapeut de geïmproviseerde muziek op een creatieve manier in elke sessie om te contact te zoeken, te krijgen en te houden met de cliënt van moment tot moment, om de therapeutische ervaring te creëren. En als laatste creëert de therapeut een progressie van therapeutische ervaringen van sessie tot sessie, om de fases in de creatieve ontwikkeling van de cliënt te ondersteunen. In de therapie wordt in vijf fasen aandacht gegeven aan (Bruscia 1987, p. 65) het muzikale ontwakken, terwijl er een relatie wordt aangegaan; aan de muzikale toegankelijkheid binnen een relatie gebaseerd op activiteit; aan muzikale betrokkenheid binnen een werkende relatie; muzikale en interpersoonlijke onafhankelijkheid en aan assimilatie en afsluiting.

Alvin, maar ook Riordan-Bruscia heeft een leerfase in de therapeutische sessie, waarin cliënten instrumenten mogen ontdekken en nieuwe ervaringen mogen opdoen. Het doel is dan het gebruik maken van expressieve kwaliteiten van instrumenten. Er is sprake van een bewustzijnsverbreding en zelfveraring. Alvin zet ook de receptieve manier van empathische improvisatie in (Bruscia, 1987, p. 77), om tegemoet te komen aan de directe behoeften van de cliënt in het moment. Priestley en Riordan-Bruscia zitten op de zelfde lijn als het gaat om het de ruimte geven aan het onbewuste, om dat naar voren te laten komen in de improvisaties, zodat er een opening komt voor emoties en interactie. Niedecken (1994) heeft als doel dat er een vrije expressie is om vorm te geven aan het ik zonder allerlei beperkingen. Hegi (1986, 2010) zet improvisatie in voor de ontwikkeling van het zelfgevoel. De analytische muziektherapeut (zoals Priestley) zet vaak thematische improvisaties in om het innerlijke leven en/of het onbewuste in symbolen te laten spreken en zo ruimte te geven voor groei (Bruscia 1987, p. 115/116, Weymann, 2004, p. 43), in dit proces is zowel voor het muzikale als voor het verbale een plek. Zij werkt met de empathische tegenoverdracht (Bruscia 1987, p. 153) in de improvisatie. Bij het gebruik van de vrije improvisatie methode is het doel dat de cliënt op zijn eigen doelen in relaties de focus legt, zodat er gewerkt kan worden aan contact.

6.5.2 Interviews

Een aantal muziektherapeuten gaven als antwoord op deze vraag: “Welke niet? Eigenlijk voor alles!” Hierbij werd als kanttekening gegeven dat er van de cliënt moet worden uitgegaan en van wat deze aankan. Hierna staan de genoemde behandeldoelen onder elkaar.

Contact: Met empathisch improviseren is het vooral de bedoeling dat er contact ontstaat en verkregen wordt. Ook kan de vertrouwensband tussen de cliënt en de therapeut vergroot worden onder andere door interactie en imitatie, maar ook kan er gewerkt worden aan het opbouwen van vertrouwen met anderen, in geval van de inzet van empathische improvisatie binnen een groep. Verder kan er in het contact geoefend worden in het innemen van ruimte en het geven van ruimte.

Veiligheid: Iemand kan zich veilig en gehoord/gezien voelen. Een therapeut gaf aan dat het bieden van veiligheid in empathische improvisatie ook een eerste voorwaarde is om tot therapie te kunnen komen.

Gehoord worden: Door samen in empathie te improviseren kan de cliënt zichzelf laten horen, wordt de cliënt gehoord, of als de muziektherapeut voor iemand speelt, kan de cliënt zich gehoord en gezien voelen.

Acceptatie: Binnen empathische improvisatie is er acceptatie. Als er wordt meebewogen met het gedrag van een cliënt, kan iemand het gevoel krijgen dat het bijvoorbeeld niet erg is als hij of zij gaat

gillen. Door het meebewegen kan iemand dan een bepaalde rust en vrede krijgen met het eigen gedrag (voorbeeld uit gehandicaptenzorg).

Tot zichzelf komen: Een doel van empathisch improviseren is om mensen tot zichzelf te laten komen. Ook kan hierbij het weer verkrijgen van “leven”, of levendigheid worden genoemd, gedacht wordt dan aan mensen die door muziek of empathische improvisaties weer tot leven komen en bij komen (laatste levenseinde, of meervoudig gehandicapt). Verder kan iemand zich weer bewust worden van hoe hij of zij zich voelt en wat er speelt, op de gevoels-laag in plaats van via de cognitieve weg (dementie).

Uiten van emoties: Binnen empathisch improviseren is ruimte voor het uiten van emoties, de therapeut kan daarin meebewegen. Boosheid en agressie kan worden geventileerd, verdriet of blijdschap kunnen worden gevoeld en geuit. Door het uiten van emoties kan er ontlading komen, dit werd vooral belangrijk gevonden bij NAH.

Plezier: Ontspanning en plezier, lachen, genieten, het niet oefenen maar gewoon doen (ook al wordt er dan stiekem wel geoefend).

Zelfvertrouwen en zelfbeeld: Meerdere muziektherapeuten gaven aan dat door empathisch improviserend therapie te geven het zelfvertrouwen vergroot kan worden. Maar ook het zelfbeeld kan worden versterkt. En ook kan je de eigenwaarde laten ontwikkelen. Het vergroten van zelfvertrouwen en eigenwaarde kan ook komen door het leren loslaten en fouten maken in het improviserende spel (chronische pijn en vermoeidheid). Er kan ook een gevoel van eigenwaarde komen in een moment van gelijkwaardigheid binnen de muziek.

Vrijheid: De vrijheid van de eigen keuze kan worden vergroot. Mensen kunnen zich vrijer gaan voelen en minder star denken.

Loslaten: De cliënt kan geoefend of geholpen worden in het loslaten van rigide patronen. Eén van de therapeuten benoemde dat naast het loslaten ook aan het vasthouden als behandeldoel kan worden gewerkt bij empathisch improviseren. Het leren loslaten kan ook een middel zijn om bij andere doelen te komen, zoals het durven maken van fouten, het laten stromen in plaats van beheersen, en daardoor weer te komen tot het vergroten van zelfvertrouwen en eigenwaarde (chronische pijn en vermoeidheid).

Ontspanning: Een doel kan zijn zowel mentale, als fysieke ontspanning. Door de ontspanning die ontstaat, kan er vermindering van pijn komen (revalidatie).

Pijnvermindering: Doordat er met empathisch improviseren een ontspanning kan komen, kan er een vermindering van pijn komen. Pijn is namelijk vaak een spanning van een gedeelte om deze pijn heen, als daarin ontspanning komt, vermindert de pijn ook (revalidatie).

Verbinding denken en voelen: Een behandeldoel bij chronische pijn en vermoeidheid, maar ook bij andere cliënten, kan zijn het maken van een verbinding tussen het lijf en het denken, zodat het voelen en denken weer gaat samenwerken en weer in contact staat met elkaar.

Ontwikkeling: Door empathisch improviseren kan een cliënt tot zichzelf komen, waardoor er kans op ontwikkeling is in de breedste zin van het woord (voorbeeld gehandicaptenzorg). Ook kunnen er cognitieve functies worden getraind met improvisatie, het hoeft dan niet empathisch te zijn, maar dat kan wel, omdat het een vrije vorm is.

6.5.3 Thick Description

Met empathische improvisaties komt alles nog directer binnen bij een cliënt, het versterkt bij wijze van spreken het therapeutische aanbod wat je geeft.

6.5.4 Samenvatting

In de interviews kwam naar voren dat empathische improvisatie voor veel behandeldoelen ingezet kan worden. Eerst wordt een doel van de therapeut genoemd, namelijk het goed kunnen interveniëren (Kurstjens in Smeijsters, 2005) door flexibel, meevoelend en voorbereid te zijn op onverwachte wendingen in het spel.

Als er met cliënten in een groep vrij wordt geïmproviseerd (empathische improvisatie), is het primaire doel (Bruscia, 1987) het identificeren van het wie, hoe en wat van het wel of geen contact maken van de cliënt in het musiceren, met deze informatie ontstaat er een directe toegang tot het probleem van de cliënt.

Verder is empathische improvisatie een middel om sneller te kunnen communiceren met een groep, door de “mood” te reflecteren (Alvin, 1975), ieder lid van de groep te integreren en een collectieve, gezamenlijke emotionele ervaring op te bouwen, waardoor er interpersoonlijke relaties worden opgebouwd. Een therapeutisch aanbod kan zo versterkt worden. Ook kan er gekomen worden tot bepaalde lichaamstoestanden (Damasio, 2003) door interne stimulering van hersendelen.

Bij vrije en geïmproviseerde klaagzang (Timmermann, 2003) staat het proces in de fenomenologische benadering op de voorgrond en is de adem de fasering en de rouw van de ziel. Er komt een erkenning van het probleem, met het vinden van oplossende beelden, om het probleem te gaan vertegenwoordigen in gesproken taal.

Een ander doel is het naar buiten laten komen van het innerlijk (Smeijsters, 2006, 2008, Bruscia 1987). De emotionele beleving komt door de improvisatie in beweging, die tot uiting komt in de empathische improvisatie, waardoor ruimte ontstaat voor reflectie en transformatie. Er wordt contact gezocht, gekregen en gehouden met een progressie in therapeutische ervaringen: een muzikaal ontwaken, toegankelijkheid, betrokkenheid, muzikale en interpersoonlijke onafhankelijkheid en een assimilatie en afsluiting.

Bij empathisch improviseren is een ander doel het tegemoet komen aan de directe behoeften van een cliënt in het moment (Alvin, 1975, 1965, Bruscia 1987), het geven van ruimte aan het onbewuste en een opening voor interactie. Verder kan er een leerfase zijn (volgens Alvin en Riordan-Bruscia) met de mogelijkheid om nieuwe ervaringen op te doen in het beluisteren of bespelen van nieuwe instrumenten.

Er is bij empathisch improviseren een vrije expressie om vorm te geven aan het ik zonder beperkingen (Niedecken, 1994, Bruscia 1987, Weijmann, 2004), met een ontwikkeling van het zelfgevoel en het symboliseren van het innerlijke leven en het onbewuste, zodat er ruimte voor groei komt. Een muziektherapeut gaf hier een mooi voorbeeld van bij een jongen met NAH.

Behandeldoelen die bij de interviews werden genoemd kwamen hiermee overeen: Het maken en hebben van contact, tot zichzelf komen, acceptatie, het uiten van emoties, veiligheid en het gehoord en gezien worden, zelfvertrouwen en bouwen aan het zelfbeeld, vrijheid, loslaten (bij perfectionisme

en vasthouden aan rigide patronen) en ontwikkeling. Maar ook kwamen naar voren de ontspanning, pijnvermindering, verbinding tussen het denken en voelen en het hebben van plezier en opbouwen van succeservaringen.

6.6 Deelvraag 6

Wat zijn de kenmerken van de interventies bij het empathisch improviserend spelen?

6.6.1 Literatuuronderzoek

De kenmerken van empathisch improviserend spelen voor de cliënt zijn het uitspelen van een improvisatie (Wigram, 2004, p.89, Alvin, 1975, 1965, Bruscia, 1987, p. 77) die de “way of being” van de cliënt of de cliëntengroep op een empathische manier complementeert en weergeeft. Hierbij worden dingen als de lichamelijke postuur, gezichtsuitdrukkingen, de attitude op deze dag en de kennis over de attitude op voorafgaande dagen, samen met kennis over de persoonlijkheid en karakteristieken van de cliënt inbegrepen in een improvisatie die over hen wordt uitgespeeld. Deze improvisatie reflecteert dan een muzikale interpretatie van de cliënt zijn of haar gemoedstoestand op dat moment. Alvin gebruikte deze zeer empathische techniek zonder te willen veranderen in gevoelens, geen verborgen manipulatie van de gevoelens van de cliënt lag hieraan ten grondslag. Als een cliënt binnen kwam in een sfeer van angst, boosheid of verdriet, speelde ze dat alleen uit en zij bracht geen verandering aan in de improvisatie, om de mate van comfort te verhogen. Dit deed zij om de gevoelens van de cliënt te ondersteunen en te bevestigen. Als zij speelde met de cliënt, dan gebruikte zij vrije improvisatie. Ook gebruikte ze de empathische en vrije improvisatie om tegemoet te komen aan de behoeften van de cliënt, dat deed ze zowel op een receptieve als op een actieve manier.

Bij empathie zijn de kenmerken van interventies gericht op de interactie en de afstemming van beleving en overeenstemming van gevoelens. Zoals eerder vermeld is empathie een cyclisch interactieproces in drie fasen: A. het tot uitdrukking brengen van zichzelf of een probleem door de cliënt, B. de interactie door het afstemmen van de beleving, en C. het worden van de verwijzingsbron (de therapeut) om gevoelens die ervaren worden te kunnen overeenstemmen. Dit heet het empathisch resonantieproces (Vanaerschot 2008)

In het boek “Improvisation und Musiktherapie, Möglichkeiten und Wirkungen von freier Musik” (Hegi, 1997, 2010, p. 162) wordt benadrukt hoe belangrijk het is dat de therapeut zich er bewust van is dat hij/zij zijn eigen instrument is. De therapeut en de cliënt zijn samen in een contact-rijk gesprek in de muziek bezig, zoals bij een bespeeld instrument. De cliënt is in dit geval de klank, de toon, of het ritmische gedeelte. De therapeut is hierbij de klankkast, voor alles wat zich tussen hem of haar en de cliënten afspeelt. De therapeut neemt in zich op en geeft weer wat zich in deze interactie voordoet. Daarom is de therapeut ook het dragende lichaam, die de form en werking van het “instrument” bepaald. Dit wordt ook genoemd in het boek *Zwischentöne* (Weymann, 2004, p. 42), daarin wordt de waarneming- of observatie-instelling van de therapeut een persoonlijk instrument in de improvisatie genoemd, met een “Resonanzkörperfunktion”, een klankkast functie.

Stern (2006, p. 146) beschrijft 3 dimensies met 6 types van intensiteit, timing en vorm in de afstemming en de empathie. Dit zijn de absolute intensiteit, waarbij er een zelfde level van gedrag is;

de intensieve contour, waarbij er matches zijn in verandering van intensiteit over tijd; een tijdelijke maat, waarin er matches zijn in de reguliere pulsaties in de tijd; ritme, waarbij er matches zijn in het patroon van pulsatie bij ongelijke stress; duur, waarbij er matches zijn in de tijdsduur van gedrag; en vorm, waarbij er matches zijn in het patroon van ruimtelijke kenmerken van gedrag, die weergegeven worden in een verschillende handeling. Verder heeft Stern (2006, p. 156) het over twee verschillende vormen van beïnvloeding bij de afgestemde innerlijke staat. Dit zijn de categoriale beïnvloeding van bijvoorbeeld verdriet en vreugde en de vitaliteit beïnvloeding met bijvoorbeeld explosies en uitvagen als kenmerken. De meeste afstemming vindt plaats bij de vitality affects met de dynamische en kinetische kwaliteiten van gevoel. Hierbij is er een verschil merkbaar die van levend en bezielend tot levenloos en passief gaat. Deze vormen van beïnvloeding van de innerlijke staat corresponderen met de tijdelijke veranderingen in de staat van gevoel. Deze veranderingen zijn weer verbonden met organische processen in het leven die doen denken aan de interactie tussen moeder en kind. Interventies bij empathie hebben dus betrekking op vormen van afstemming. Voor deze afstemming kan goed gebruik worden gemaakt van het veranderen van componenten in de muziek die beschreven staan in het componentenschema van Hegi.(1998, 1997, 2010). Maar ook veel van de improvisatietechnieken van Bruscia (1987, 1998) zijn geschikt om te gebruiken en specifiek de technieken omtrent empathie. Deze zijn (Bruscia, 1987, p. 537) non-verbaal matching (om empathie op te wekken en om een interactieve respons te verkrijgen) of spiegelen wat de cliënt doet. Deze technieken bevatten het imiteren, synchroniseren, incorporeren, pacing (zelfde tempo), reflecteren en overdrijven.

6.6.2 Interviews

Er zijn veel verschillende interventies die bij empathisch improviseren worden ingezet. Het belangrijkste is dat de interventies worden aangepast op de cliënt. Het kunnen aanpassingen zijn die werken om de autonomie te versterken, dan kan de cliënt de regie krijgen over de improvisatie, de aanpassingen kunnen gericht zijn op sturing in het ontwikkelingsproces, al naar gelang de doelen of het doel waaraan wordt gewerkt.

Vooraf: Een aantal muziektherapeuten gaf aan dat het belangrijk is om ook de tijd die voor het improviseren mee te nemen als interventie. Het kijken waar je een cliënt het beste neer kan zetten, het voorbereiden van de ruimte en aanpassen op de behoefte van een cliënt, het op de rem zetten van een rolstoel, het wel of niet aangeven op welk instrument er gespeeld gaat worden, het kijken naar hoe een cliënt binnenkomt, het wel of niet starten met een bestaand muziekstuk of lied. Deze overwegingen kunnen een belangrijk onderdeel zijn in het scheppen van een constante en veilige omgeving, waarbij er bijvoorbeeld geen afleidende prikkels zijn en de focus op het instrument is, waardoor er ruimte en een veilige basis kan ontstaan voor improviseren. Hierbij wordt door die therapeuten aangegeven dat dit min of meer bewust plaatsvindt, al wordt er ook gezegd dat door ervaring het nemen van deze besluiten ook al meer automatisch kan worden genomen. Zo kan een interventie ook er uit bestaan dat er vooraf voor wordt gekozen om bij een instrument alleen op de witte of alleen op de zwarte toetsen te spelen. Het is belangrijk dat er bekend is waarom er voor deze dingen wordt gekozen. Een andere muziektherapeut gaf juist aan dat er zo min mogelijk kaders zouden moeten zijn. Het is veel belangrijker om af te stemmen en om in de vrijheid te zitten.

Observeren: De muziektherapeuten gaven aan dat het belangrijk is om te blijven opletten en observeren. Er worden interventies gedaan op dat wat wordt waargenomen. Het is belangrijk om al

spelend aan te sluiten op hoe iemand zich voelt of gedraagt op dat moment, en dan kan er van alles gebeuren.

Wisselen van instrument: Een andere interventie kan zijn het pakken van een ander instrument. Dit kan worden ingezet als horizonverbreding, zodat je met iets heel anders aan komt dan wat de cliënt verwacht. Hiermee kan je een andere klank aanbieden en kan de cliënt iets ontdekken wat hem of haar in het dagelijks leven niet zomaar gebeurt. De ene muziektherapeut voelt zich er goed bij om van alles te kunnen pakken, ook al is de beheersing op een bepaald instrument wat minder, de andere muziektherapeut geeft juist aan dat je ook technisch uit de voeten moet kunnen met een instrument om tijdens een improvisatie dat te kunnen bewerkstelligen wat je wilt. Weer een ander pakt een ander instrument omdat de klank van dat instrument of de sfeer die het instrument uitademt beter past bij de situatie. En weer een andere therapeut gaat met de cliënt verwisselen van instrument.

Componenten: Alle muziektherapeuten gaven aan dat zij bij het empathisch improviseren interveniëren door middel van wisselen van ritme of toon, het luider of zachter spelen, versnellen of vertragen, het stevig neerleggen van een stuk en dan laten overnemen door de cliënt en dan dat onderdeel wat de cliënt doet wat zachter laten klinken, om ruimte aan hem of haar te bieden.

Klankkleur: Een interventie aan het begin van de empathische improvisatie kan het vullen van de ruimte met muziek zijn. Of (bij mensen met NAH) het geven van een instructie als: “begin maar met 1 vinger”, mensen met NAH hebben vaak een duidelijker richting nodig om op gang te komen. Ook kan een interventie zijn het neerleggen van een klankkleur of van een bepaalde beweging. Dit kan ook bereikt worden door in een andere maat te gaan spelen (kiezen voor een rustgeverder $\frac{3}{4}$ maat, of voor een meer opgewektere $\frac{4}{4}$ maat), door het kiezen voor het spelen in een bepaalde kerktoonladder, of door het kiezen om te spelen in mineur of juist in majeur. En natuurlijk kan er gekozen worden voor het gebruik van alleen instrumenten of om ook het stemgebruik in te zetten tijdens de empathische improvisatie.

Sturen: In het empathisch improviseren is het vooral een kwestie van meegaan, meedeinen en meeveren met de cliënt. Ook kan de therapeut uitnodigen, meesturen en aansturen binnen een empathische improvisatie

Improvisatietechnieken van Bruscia: Deze technieken werden door een paar muziektherapeuten genoemd. Al deze technieken kunnen worden gebruikt in het empathisch improviserend muziektherapie geven. Termen die specifiek genoemd werden waren Incorporating spaces, ruimte laten voor de invulling door de cliënt, reflecting.

Nabijheid: Een interventie bij empathisch improviserend spelen kan betekenen dat je wat in de afstand of de nabijheid doet, dichterbij komen, of juist wat verder weg.

Technische interventies: Het aanleren van techniekjes aan een cliënt, om zo nog meer uit een improvisatie te kunnen halen (chronische pijn en vermoeidheid bij revalidatie). Dit kunnen improvisatie technieken zijn van zang: het herhalen van zinnen, of van een woord, of het heel langzaam zingen van een woord, of het laten horen van een zangimprovisatie, waardoor een cliënt ideeën krijgt en door heeft dat er veel verschillende stappen zijn die genomen kunnen worden.

Verbaal: Het kan ook empathisch improviserend zijn om te zeggen: “probeer dit of dat eens, probeer eens te spelen in deze of die houding...”. Het verbaal voorbeelden geven als de situatie daarom vraagt kan nuttig zijn (psychiatrie).

6.6.3 Thick Description

De interventies kunnen op elk moment weer anders zijn, omdat je zo bezig bent met wat de cliënt nodig heeft. Van moment tot moment ben je aan het opletten en aan het bedenken welke interventie er nu nodig is. En die interventies kunnen op allerlei vlakken liggen.

6.6.4 Samenvatting

Een aantal muziektherapeuten gaven aan dat de tijd voor het muzikale empathisch improviseren ook bij het empathisch improviseren hoort, de voorbereiding, de omgeving, het scheppen van randvoorwaarden en veiligheid, het eerste contact bij binnenkomst.

Kenmerken van interventies bij empathisch improviseren zijn het uitspelen van een improvisatie (Wigram, 2004, Alvin, 1975, 1965, Bruscia, 1987) die de “way of being” van de cliënt of cliëntengroep complementeert en weergeeft, dit is dan een muzikale interpretatie van de gemoedstoestand van de cliënt (of groep) op dat moment. Dat kan receptief of actief zijn en het kan ook zijn zonder te willen veranderen in gevoelens, maar ook om tegemoet te komen aan de behoeften van de cliënt. De kenmerken van interventies zijn vaak gericht op de interactie en afstemming van de beleving en op overeenstemming van gevoelens, ook wel het empathisch resonantieproces genoemd (Vanaerschot, 2008). Hierbij is een kenmerk: het observeren en spelend aansluiten op de cliënt, het meedeinen, meebewegen, meeveren, meegaan. Maar een therapeut kan ook meesturen, aansturen en uitnodigen. Ook het onderdeel empathie bij de afstand of nabijheid die een cliënt nodig heeft werd genoemd in interviews.

Een ander kenmerk is dat de muziektherapeut werkt vanuit de “Resonanzkörperfunction” (Hegi, 1997, Weymann, 2004), hij is de klankkast die laat horen wat de cliënt verwoordt in de klank, het ritme en de toon.

Afstemming in de empathie (ook in de improvisatie) heeft plaats in 3 dimensies (Stern, 2006), met 6 types van intensiteit, timing en vorm. Er zijn verschillende vormen van beïnvloeding bij de afgestemde innerlijke staat, de meeste afstemming vindt plaats bij de vitality affects, die correspondeert met tijdelijke veranderingen in staat van gevoel. De verschillende vormen van afstemming kunnen ontstaan door gebruik te maken van het veranderen van componenten van muziek (Hegi, 1998, 1997, 2010), maar ook door de improvisatietechnieken van Bruscia (1998, 1987) in te zetten. Hierbij kan worden inbegrepen het wisselen van instrument, klankkleur of maat. Soms zijn er kleine technische interventies nodig, om een cliënt een techniek te laten zien, zodat ze meer uit de improvisatie kunnen halen (bij chronische pijn en vermoeidheid).

6.7 Deelvraag 7

Wat zijn de behandel-effecten van het werken met empathisch improviserend spelen?

6.7.1 Literatuuronderzoek

Een behandel-effect van empathische improvisatie kan zijn dat er veel wordt ervaren in de afstand en nabijheid. Het kan gebeuren dat een improvisatie zo dichtbij komt, dat de therapeut en de cliënt in hun spel bijna één worden, dat ze elkaar bij wijze van spreken verslinden, verstrengelen, symbiotisch verenigen en tegelijkertijd toch op afstand blijven als bij een niet-verbonden ontmoeting. Citaat uit “Improvisation und Musiktherapie” door Hegi (1997, 2010, p. 154): *“Eine Improvisation kann so nahe gehen, dass sich die ausgesendeten zweiter Spieler ineinander verschlingen, symbiotisch vereinigen und gleichzeitig so distanziert bleiben wie eine unverbindliche Begegnung.”* Hegi noemt iedere improvisatie dan ook een experiment in zelfwaarneming en grensoverschrijding (p. 158).

Een ander behandel-effect is dat er communicatie plaatsvindt op een niet-talige manier, zodat er zonder gebruik van woorden op een effectieve manier therapie kan worden gegeven. Damasio beschrijft (Smeijsters, 2006, p.96-97, Damasio, 2003) dat er een kernbewustzijn en kernzelf bestaat, dat los van taal en cognities beeldende en emotionele voorstellingen bevat van verandering. Dit Zelf bestaat ten eerste uit het uitgebreide bewustzijn, het autobiografische geheugen en het autobiografische zelf, ten tweede uit het kernbewustzijn en het kernzelf en ten derde uit het Proto-zelf. Er zijn voorstellingen opgeslagen in deze bestanddelen van het Zelf van de veranderingen in de toestand van het organisme die zijn ontstaan door ontmoetingen met gebeurtenissen en objecten. Hierop is een neurologische basis voor muziektherapie geleverd. Omdat taal pas later ontstaat, want het is een “vertaling”, een omzetting van de gebeurtenissen in taal, is een cognitieve en talige benadering van problematiek in het kernzelf of kernbewustzijn van de cliënt niet mogelijk of toereikend of wenselijk. Muziektherapie werkt in het niet-talige en niet-cognitieve kernbewustzijn en kan de emotionele ervaringen beïnvloeden. De inzet van empathische improvisatie versterkt deze vorm van communicatie.

De kwaliteit van de improvisatie binnen verschillende rollen kan laten zien waar de problemen of moeilijkheden liggen. Vanaf het moment van de geboorte creëren we rollen voor onszelf (Fausch-Pfister, 2012), die bepalen hoe we denken en ons gedragen. Deze rollen, bijvoorbeeld die van zus, vriend, dochter, student, moeder, ontwikkelen zich in de loop van de tijd. Fausch-Pfister legt uit hoe je probleem issues kan ontdekken, door deze clusters van rollen te ontdekken in de therapie. Deze rollen kan je dan samen laten klinken.

Het verstevigen van de intersubjectieve relatie is een ander effect, Stern (2006, p.138) laat zien dat dit het spiegelen van de ouders en de empathische responsie is, iets wat sterk aanwezig kan zijn bij het gebruik van de empathisch improviserende manier van werken. Ook kan de verandering van de focus van de aandacht, naar het achterliggende probleem en de hervorming van het probleem een effect zijn. De overeenstemming van het affect is de performance van gedrag (Stern, 2006, p.142), die de kwaliteit van gevoel of gedeelde staat van affect uit, zonder de expressie van het gedrag van de innerlijke staat te imiteren. Een gebeurtenis wordt hervormd door overeenstemming van gedrag en kan een shift in de focus waarop de aandacht is gericht geven, naar wat er achter het gedrag ligt. Imitatie geeft hierbij de vorm weer en overeenstemming geeft hierbij het gevoel weer.

6.7.2 Interviews

Uit de interviews kwam naar voren dat er veel verschillende behandel-effecten kunnen zijn. Sommige geïnterviewde muziektherapeuten gaven aan dat het behandel-effect van empathisch improviserend

spelen door de muziektherapeut voor of met de cliënt heel breed kan zijn en dat het er maar net van af hangt met welke doelstellingen er gewerkt wordt.

Contact: In de eerste instantie is er het effect van het contact, er wordt contact gezocht en er is een contact ontstaan tussen de muziektherapeut en de cliënt. Muziektherapeuten die met cliënten werken die zijn afgesloten van de wereld om hen heen, zoals dementerende ouderen, of meervoudig zwaar gehandicapten of met mensen in hun laatste levensfase, noemen hierbij het empathisch improviserend werken zowel vanuit de basis van de voor-gestructureerde muziek, zoals bekende liedjes, als vanuit de vrije improvisatie. Hierbij kan het gaan om het samen komen, om het krijgen van een reactie, ook al is die nog zo klein als het mee-ademen, of meebewegen. Maar hierbij gaat het ook over het weer contact kunnen krijgen door middel van samen neuriën of zingen, of samen praten. Ook werd het voorbeeld genoemd van mensen die geen contact meer kunnen maken vanwege een één of andere vorm van hersenbeschadiging (via letsel of ziekte) wel weer contact kregen via de empathisch improviserende manier van muziektherapie, omdat het zich afspeelt op de gevoels-laag. Op deze laag kan iemand dan weer contact krijgen, een intermenselijk contact, maar dan op een andere laag.

Een effect kan zijn het ontstaan van een interactie. Eén van de muziektherapeuten, werkzaam in de gehandicaptenzorg, noemde het: “Je creëert een prettige samenwerking”. De cliënt wordt door de therapeut beschreven als een medespeler, met wie je een interactie creëert, doordat de cliënt zich door de inzet van empathische improvisatie gezien en veilig voelt. Door dit effect kan je verder gaan ontplooiën en samenwerken. Bij sommige cliënten gaat het hierbij om een lang traject, bij andere cliënten is het een kort traject.

Verder is een effect van empathisch improviseren in zetten in een groep een groep het weer durven aangaan van relaties, het steviger worden in contact en zo ook het vergroten van de sociale vaardigheden.

Bij en tot zichzelf komen: Zes van de geïnterviewde muziektherapeuten benoemden dat een effect van empathisch improviseren is: het bij zichzelf kunnen komen. Hierbij benadrukte een aantal muziektherapeuten dat iemand via empathisch improviseren van het in zijn hoofd zitten naar zijn lijf kon komen, dus van het in het hoofd blijven hangen, in de gedachtewereld blijven hangen, of in de cognitie blijven, naar het gevoel kunnen komen. Dus dat er meer ruimte komt voor gevoel in plaats van denken. Maar ook een kant hierbij is het bij zichzelf komen van cliënten die heel erg naar buiten gericht zijn, dat ze weer in de rust en bij zichzelf kunnen komen.

Acceptatie: Een ander effect kan zijn dat de cliënt merkt dat er acceptatie is. Een aantal muziektherapeuten beschreven een situatie waarin er door het empathisch improviseren ruimte was om woede, agressie, boosheid en frustratie te uiten. Bij de ene cliënt betekende het dat er ruimte werd gegeven om ook fysiek deze frustratie en agressie en boosheid te uiten, doordat er tegen grote trommels aan mocht worden geschopt en doordat er ruimte was voor het gooien van trommelstokken door de ruimte, om zo dit geheel te verklanken in de muziek. Dat is wat anders dan het niet gewenste effect van woede: het door de ruimte vliegen van stokken, die naar je hoofd worden gegooid. Dit werd ook genoemd door een muziektherapeut.

Voor de andere cliënt is het de ruimte geven in een gezamenlijke improvisatie in de muziek van deze gevoelens, waardoor er ook een acceptatie van dit gevoel is. Er is ruimte om jezelf te laten horen. Bij ziekte kan er te horen zijn hoe gezond je bent (het voorbeeld van een muziektherapeut in de revalidatie), hoe krachtig je bent, het positieve.

Als het gaat om een empathische improvisatie die voor een cliënt wordt gespeeld, dan kan een effect zijn, dat hij of zij zich heel speciaal voelt. “Er wordt speciaal voor mij iets gespeeld”. Er kan een stuk herkenning, ontspanning en rust komen. Iemand kan zich er wat verlegen om gaan voelen, maar ook een soort van trots kunnen voelen, dat er iets speciaal voor hem of haar wordt gespeeld en gemaakt.

Stemming verbeteren: Door empathisch improviseren kan de cliënt in de rust komen, wat rustiger worden of tot rust gebracht worden. Ook kan er een ontspanning komen. Maar afhankelijk van hoe de empathische improvisatie is en wat het doel hiermee is, kan een cliënt natuurlijk ook levendiger worden, of gestimuleerd worden om wat meer “tot leven” te komen.

Fysiek: Het effect kan fysiek te zien zijn: iemand komt “zwaar” binnen, en gaat weer weg met een “lichte” energie. Iemand is de ontlading in gegaan, helemaal los gegaan en kan er daarna weer tegen (revalidatie). Ook fysiek te zien is: iemand krijgt tijdens het spelen blosjes op de wangen, krijgt het warm en er worden soms zelfs kledingstukken uit gedaan (voorbeelden bij chronische pijn en vermoeidheid in revalidatie).

Kippenvel-moment: Een genoemd effect is het “kippenvel-moment”, dat het samen-gevoel heel sterk is, het geluksgevoel wat je samen deelt door de empathische improvisatie. Dit kan groot, maar ook heel breekbaar en kwetsbaar en in de stilte zijn. En hierbij kan je ook denken aan het delen en samen voelen van andere emoties zoals verdriet. Dat wordt door de therapeut ook als een soort van geluksgevoel benoemd, al is dat op een heel ander level.

Zelfbeeld en zelfvertrouwen: Een effect van empathisch improviseren kan zijn: het ontstaan en verkrijgen van een beter zelfbeeld, meer zelfvertrouwen, of een ander zelfinzicht.

Durven: Bij een empathische improvisatie ontstaat er een veilige situatie zodat de cliënt zichzelf durft te laten horen, een stukje van zichzelf, eigenheid, een stuk authenticiteit, zonder dat er een oordeel op komt. Het effect hiervan is dat ze meer durven, meer durven spelen, zich meer durven laten horen en dat ze het durven om relaties aan te gaan.

Perfectionisme: Door empathische improvisatie is er meer ruimte om fouten te mogen en kunnen maken, maar ook om te oefenen in het maken van fouten. Hierdoor ontstaat er meer vrijheid, kan er minder perfectionistisch met muziek worden omgegaan en kan het perfectionisme worden losgelaten en meer uit het gevoel worden gespeeld. Doordat er geen goed of fout is, worden overtuigingen veranderd, wat ook op andere vlakken die met perfectionisme te maken hebben veranderingen te weeg brengen.

Nieuwe dingen ervaren: Door samen met de cliënt empathisch improviserend te spelen, wordt er iets heel nieuws ervaren. Cognitieve vaardigheden kunnen worden vergroot. Een muziektherapeut uit de psychiatrie verwoordt: Het “wereldbeeld” van de cliënt verandert en er wordt een nieuw denkraam geopend. Er komen nieuwe mogelijkheden voor muziek en voor omgang met mensen, er wordt ruimte aan elkaar gegeven. Geschiedenispatronen (hoe de muzieklessen vroeger gingen) worden doorbroken, wat er voor zorgt dat er overtuigingen worden veranderd.”

6.7.3 Thick Description

Eigenlijk zijn de behandel-effecten wel hetzelfde als de behandel-doelen. Er is bijna geen verschil in te zien.

6.7.4 Samenvatting

Het eerste behandel-effect is het verkrijgen van contact, of het sterker worden in contact. Dit is vooral sterk te zien bij de cliënten die zich hebben afgesloten van de wereld om hen heen. Er komt een reactie, waar eerst een negeren van alles om zich heen was. Ook is het effect van interactie te zien, met soms het behandel-effect van het weer aan durven gaan van relaties. En een behandel-effect is dat de intersubjectieve relatie wordt verstevigd (Stern, 2006). Verder gaven zes van de negen therapeuten die meededen met het interview aan dat mensen weer bij en tot zichzelf kunnen komen door de empathische improvisatie. Het zelfbeeld en zelfvertrouwen en zelfinzicht verandert ten goede.

Een effect van empathisch improviseren is dat er veel wordt ervaren in de afstand en nabijheid, therapeut en cliënt kunnen in de improvisatie als het ware in elkaar verstrengelen, symbiotisch verenigen, terwijl er toch een afstand kan blijven, een niet-verbonden ontmoeting (Hegi, 1997). Dit wordt door één van de therapeuten “het kippenvel-moment” genoemd.

Een ander effect is dat er communicatie plaatsvindt op een niet-talige manier, er is therapie mogelijk zonder gebruik van woorden en de empathische improvisatie versterkt deze communicatie in het medium.

Een effect is dat er probleem issues worden ontdekt door met clusters van rollen, die zich vanaf de geboorte hebben ontwikkeld, te spelen in de empathische improvisatie (Fausch-Pfister, 2012).

Ook kan een effect zijn dat de focus van aandacht verandert naar het achterliggende probleem. Er kan een acceptatie komen omdat er ruimte is om de achterliggende gevoelens een plek te geven in de improvisatie. Mensen durven zich weer te laten horen. Ook is er vaak een stemmingsverbetering waar te nemen.

Er kan ook een fysiek effect waargenomen worden, mensen die binnenkomen zonder kleur, krijgen blosjes op de wangen, of mensen krijgen het warmer. Ook kunnen mensen “zwaar” binnenkomen en weer “licht” weggaan. En verder is een effect dat mensen iets nieuws hebben geleerd of nieuwe dingen hebben ervaren.

7. Conclusie

Probleemstelling: Binnen de muziektherapie worden de begrippen empathie en improvisatie veel gebruikt. De combinatie van deze twee termen “empathische improvisatie” wordt niet gebruikt, terwijl er bij het voorleggen van deze nieuwe term aan muziektherapeuten veel herkenning is. Dit onderzoek is opgezet om er achter te komen wat er onder empathische improvisatie kan worden verstaan.

Hoofdvraag: Wat is voor muziektherapeuten een hanteerbare definitie van het begrip empathisch improviseren in muziektherapie?

Verloop onderzoek: Na een periode van uitgebreid literatuuronderzoek zijn er interviews afgenomen bij 9 muziektherapeuten, met verschillende werkervaring, uit verschillende werkelden.

Conclusies: Na het beantwoorden van de deelvragen met het literatuuronderzoek, de interviews en de Thick Description in het vorige hoofdstuk, is deze definitie tot stand gekomen. Voor de literatuurverwijzingen verwijs ik dan ook naar de beantwoording van de deelvragen. In het eindproductverslag staat een lijst met woorden en begrippen en hun uitleg, met een aantal literatuurverwijzingen. Hiervoor is gekozen, omdat een definitie veel vaktermen bevat, omdat het een gecompriëerd geheel is.

Antwoord op de hoofdvraag: Empathische improvisatie in de muziektherapie door een muziektherapeut is een vorm van vrij, communicatief en klinisch musiceren met of voor de cliënt, waarbij complementair de directe noden van de cliënt worden ontmoet. Bij het empathisch improviseren kunnen processen meespelen als afgestemde en gedeelde innerlijke staat, spiegelneuronen en empathische tegenoverdracht. In een therapeutische overeenstemming tijdens, maar ook in de tijd om het musiceren heen is de therapeut gericht en alert aan het observeren, lettend op alles van de cliënt, waardoor een Felt sense van eenheid met anderen ontstaat.

Empathische improvisatie is goed in te zetten in de observatieperiode, bij cliënten in de pre-linguale fase, bij cliënten die minder verbaal ingesteld zijn, bij recidief en palliatief werken, bij chronische pijn en vermoeidheid met klachten van controle, faalangst en perfectionisme en om iemand in contact te brengen met zijn gevoel, of om vorm te geven aan het Zelf. Behandeldoelen bij empathisch improviseren kunnen zijn het identificeren van en werken aan contact, interpersoonlijke relaties en communicatie van de cliënt, het ruimte geven aan het onbewuste en naar buiten laten komen van het innerlijke zelf, maar ook bevestiging, ontspanning, plezier en het opbouwen van succeservaringen. De interventies zijn muzikale interpretaties van de gemoedstoestand van de cliënt, gericht op het empathische resonantieproces, waarbij ook meegestuurd of bijgestuurd kan worden door gebruik van veranderingen in onderdelen van het componentenschema van Hegi of door gebruik van improvisatietechnieken van Bruscia. De behandel-effecten kunnen dan bestaan uit het verkrijgen of versterken van contact, interactie en relaties, een gedeelde innerlijke staat met een symbiotisch verenigen, niet-talige communicatie, verandering van de focus van aandacht en stemmingsverbeteringen, maar ook zijn soms fysieke veranderingen waarneembaar.

Bruikbaarheid: Doordat er nu woorden zijn gegeven aan empathisch improviseren wordt het gebruik van de term gemakkelijker. Er is duidelijk gemaakt wat de werkwijze, indicaties, behandeldoelen, interventies en behandel-effecten kunnen zijn. Ook zal er een herkenning zijn bij een aantal muziektherapeuten, die nu een naam kunnen geven aan hun manier van werken.

8. Aanbevelingen

Er zijn een aantal aanbevelingen te geven naar aanleiding van dit onderzoek.

Verschillende muziektherapeuten gaven aan dat het goed was om het over dit onderwerp te hebben, zodat er weer nagedacht kon worden over de inzet van improvisatie en vaststaande of voor-structureerde muziek en om na te denken over distantie en empathie binnen een therapeutisch aanbod. Het is dan ook een aanbeveling dat muziektherapeuten regelmatig de mogelijkheid nemen om ervaringen uit te wisselen met andere muziektherapeuten over dit soort zaken.

Aangezien dit onderzoek is gehouden onder meerdere muziektherapeuten die werkzaam zijn in verschillende segmenten van de zorg, is het aanbevolen om te onderzoeken of er een verschil bestaat in het werken met empathische improvisatie in de verschillende segmenten. Zo is het

interessant om te weten te komen of er een verschil waarneembaar tussen non-verbale of weinig verbale cliënten en verbale cliënten is en hoe zich dat in dat geval uitwerkt. Verder lijkt het goed om te onderzoeken of er veel verschil is in de empathische improvisatie voor een cliënt of met een cliënt of cliëntengroep.

Verder is het interessant om na te gaan of de empathische houding iets te maken heeft met het omgaan met andere mensen en met de omgeving in het verre verleden van de therapeut. Dit werd namelijk onafhankelijk van elkaar gesuggereerd, na afloop van de interviews, door drie verschillende muziektherapeuten die aan het interview meededen.

9. Bronnenlijst

Alvin, J. (1975). *Music Therapy*. London, Hutchinson & Co. (Publishers) Ltd.

Alvin, J. (1965). *Music Therapy for the handicapped child*. London, Oxford University Press.

Bruscia, K. ed al. (1998). *The dynamics of music Psychotherapy*. Gilsum, USA., Barcelona Publishers.

Bruscia, K. (1987). *Improvisational Models of Music Therapy*. Springfield, Charles C Thomas Publisher.

Csikszentmihalyi, M. (1990). *Flow: The psychology of optimal experience*. New York, Harper Collins.

Damasio, A. (1995). *De vergissing van Descartes. Gevoel, verstand en het menselijk brein*. Amsterdam, Uitgeverij Wereldbibliotheek.

Damasio, A. (2003). *Het gelijk van Spinoza. Vreugde, verdriet en het voelende brein*. Amsterdam, Uitgeverij Wereldbibliotheek bv.

Dillard, L.M., (2006). Musical Countertransference experiences of music therapists: A phenomenological study. *The Arts in Psychotherapy* 33 (2006), 208-217. San Fransisco, Elsevier.

Erskine, R. (1998). Attunement and involvement: Therapeutic responses to relational needs.

International Journal of Psychotherapy, 3 (3), 235-244 Geraadpleegd op:

[http://eds.a.ebscohost.com.www.dbproxy.hu.nl/eds/detail/detail?vid=3&sid=25c885f3-35f0-47c4-a273-](http://eds.a.ebscohost.com.www.dbproxy.hu.nl/eds/detail/detail?vid=3&sid=25c885f3-35f0-47c4-a273-f9ce7f5c974a@sessionmgr4005&hid=4208&bdata=Jmxhbmc9bmwmc2l0ZT1lZHMtbGl2ZQ==#db=aph&AN=1503142)

[f9ce7f5c974a@sessionmgr4005&hid=4208&bdata=Jmxhbmc9bmwmc2l0ZT1lZHMtbGl2ZQ==#db=aph&AN=1503142](http://eds.a.ebscohost.com.www.dbproxy.hu.nl/eds/detail/detail?vid=3&sid=25c885f3-35f0-47c4-a273-f9ce7f5c974a@sessionmgr4005&hid=4208&bdata=Jmxhbmc9bmwmc2l0ZT1lZHMtbGl2ZQ==#db=aph&AN=1503142)

Fausch-Pfister, H. (2012). *Music Therapy and Psychodrama: The Benefits of Integrating the Two Methods*. Wiesbaden, Reichert Verlag.

Fitzthum,(2001). *Vermittlungen ... Musically Speaking*. Eckhard Wegemann. Hamburg, BVM Berufsverband der Musiktherapeutinnen und Musiktherapeuten in Deutschland e.V.

Hegi, F. (1997, 2010). *Improvisation und muziktherapie, Möglichkeiten und Wirkungen von freier Musik*. Wiesbaden, Reichert Verlag.

Hegi, F. (1998). *Übergänge zwischen Sprache und Musik, Die Wirkungskomponenten der Musiktherapie*. Paderborn, Junfermannsche Verlagsbuchhandlung.

- Kossak, M.S.,** (2009). Therapeutic attunement: A transpersonal view of expressive arts therapy. *The Arts in Psychotherapy* 36 (2009) 13-18. Geraadpleegd op: <http://www.sciencedirect.com/www.dbproxy.hu.nl/science/article/pii/S019745560800083X>
- Kurstjens, H.** (2005). Improvisatie in de Muziektherapie. In Smeijsters, H., *Praktijkonderzoek in vaktherapie*. Bussum, Uitgeverij Coutinho.
- McCaffrey, T.** (2013). Music therapists' experience of self in clinical improvisation in musictherapy: a phenomenological investigation. *The arts in Psychotherapy* 40 306-311. Geraadpleegd op http://www.academia.edu/4181488/Music_therapists_experience_of_self_in_clinical_improvisation_in_music_therapy_A_phenomenological_invesitigation
- Meer, I. van der,** (2007). *Observatie in de muzikale vormgeving*, Praktijkonderzoek, deelonderzoek Han Kurstjens. Amersfoort, HU Amersfoort.
- Mössler, K.** (2011). I am a psychotherapeutically oriented music therapist: theory construction and its influence on professional identity formation under the example of the Viennese School of Music Therapy. *Nordic Journal of Music Therapy*, Vol. 20, No 2, June 2011, 155-184.
- Pavlicevic, M.,** (2000). Improvisation in music therapy: Human communication in sound. *Journal of Music Therapy*, 37 (4), 269-285 Geraadpleegd op http://www.chinamusictherapy.org/file/file/doc/Improvisation%20in%20Music%20Therapy_%20Human%20Communication%20in%20Sound.pdf
- Smeijsters, H.** (2008). *Handboek creatieve therapie*. Bussum, Uitgeverij Coutinho.
- Smeijsters, H.** (2006). *Handboek Muziektherapie, Evidence based practice voor de behandeling van psychische stoornissen, problemen en beperkingen*. Houten, Bohn Stafleu van Loghum.
- Smeijsters, H.** (1991). *Muziektherapie als Psychotherapie*. Assen/Maastricht, Van Gorcum,
- Stern, D.N.** (2006). *The Interpersonal World of the Infant, a view from psychoanalysis and developmental psychology*. London, New York, Karnak.
- Timmermann, T.,** (2003). *Klingende Systeme: Aufstellungsarbeit und Musiktherapie*. Heidelberg, Carl-Auer-Systeme Verlag.
- Vanaerschot, G.** (2008). Spiegel en gids, over de empathische interactie en het experiëntiële veranderingsproces in psychotherapie. In Hebbrecht, M. en Demuyne, I., *Empathie, hoeksteen of struikelblok in psychoanalytische psychotherapie*. Antwerpen/Apeldoorn, Garant. Gevonden op: http://books.google.nl/books?id=PrQE3sPDRPgC&pg=PA73&dg=empathie+cli%C3%ABnt&hl=nl&sa=X&ei=_BmYU97gHoHIOSGSgbgP&ved=0CB8Q6AEwAA#v=onepage&q=empathie%20cli%C3%ABnt&f=false Geraadpleegd op 19-mei-2014.
- Watson, T.,** (2014). Relationship and communication in music therapy: a response to North. University of Roehampton, UK. *Psychology of Music* 2014, vol. 42 (6) 800-808. Geraadpleegd op: <http://pom.sagepub.com/content/42/6/800.full.pdf+html>
- Weymann, E.,** (2004). *Zwischentöne, psychologische Untersuchungen zur musikalischen Improvisation*. Imago, Giessen, Psychosozial-Verlag
- Wigram, T.** (2004). *Improvisation, Methods and Techniques for Music Therapy Clinicians, Educators and Students*. London, Jessica Kingsley Publishers.

Winnicott, D.W. (1971) *Playing and reality*. Gevonden op:

https://books.google.nl/books?hl=nl&lr=&id=JHMdZC08HhcC&oi=fnd&pg=PR9&dq=winnicott+playing+and+reality+1971&ots=y0GHaV5ZKc&sig=FXYY_P2KaaTfuv767m90qvblTHY#v=onepage&q=winnicott%20playing%20and%20reality%201971&f=false

Internetsites:

Definitie. In *Wikipedia*. Geraadpleegd op 11-4-2015, van: <http://nl.wikipedia.org/wiki/Definitie>

Definitie. In *Woordenboek.nl*, geraadpleegd op 11-4-2015, van: <http://www.woordenboek.nl/woord/definitie>

Definities. In *WikiWoordenboek*. Geraadpleegd op 11-4-2015, van: <http://nl.wiktionary.org/wiki/WikiWoordenboek:Definities>

Definities en semagrammen. In *INL, Het instituut voor Nederlandse Lexicologie, Schatkamer van de Nederlandse Taal, Taalbank Nederlands*. Geraadpleegd op 11-4-2015, in: <http://www.inl.nl/onderzoek-a-onderwijs/lexicologie-a-lexicografie/definities-en-semagrammen>

Rogers: Empathie. In *Encyclo, online encyclopedie*. Geraadpleegd op 19-5-2014, van: <http://www.encyclo.nl/lokaal/10967>

The Foundation for Alzheimers and Cultural Memory. In *Memorybridge*. geraadpleegd op 1-6-2015. In: <http://www.memorybridge.org/about.php>

Validation, Naomi Feil and Gladys Wilson. In *Memorybridge*. geraadpleegd op 1-6-2015, van: <http://www.memorybridge.org/video9.php>

Bijlage 1. Verantwoording Gedragscode Hantering

Als onderzoeker van empathische improvisatie aan het HBO onderwijs heb ik een thema onderzocht dat relevant is voor de beroepspraktijk. Op een creatieve manier heb ik allerlei zienswijzen bij elkaar moeten brengen en naast elkaar moeten leggen om tot een definitie te komen. Hiermee heb ik een bijdrage geleverd aan kennis- en theorieontwikkeling.

Als onderzoeker van empathische improvisatie aan het HBO onderwijs heb ik meerdere meningen, zienswijzen en theorieën naast elkaar gelegd, zonder daar een oordeel over te vellen.

Als onderzoeker van empathische improvisatie aan het HBO onderwijs ben ik zorgvuldig geweest in het gebruik van meerdere wetenschappelijke opvattingen, maar ook in het houden van interviews met muziektherapeuten die allemaal verschillende opvattingen hadden. Ik heb zo zorgvuldig mogelijk gehandeld bij het vermelden van de literatuur met de bronnen, met de interviews en met het bewaren van de data.

Als onderzoeker van empathische improvisatie aan het HBO onderwijs ben ik onafhankelijk geweest in mijn methodische keuzes, maar ook in het doen van het onderzoek, ik heb zelf een definitie gemaakt en daarbij heb ik meerdere definities en uitleggen geraadpleegd. Ik heb alle gegevens die ik verkreeg, ook al gaven die iets anders aan dan ik verwacht en gedacht had, verwerkt in het onderzoek en in het resultaat.

Als onderzoeker van empathische improvisatie aan het HBO onderwijs heb ik mijn keuzes verantwoord in het onderzoeksverslag praktijkgericht onderzoek, in het procesverslag onderzoek en in het eindproductverslag (alle drie van Empathisch improviseren).

Bijlage 2 Reacties op uitgewerkt interview

----- Oorspronkelijk bericht -----

Van: Saskia Hoogendam <s.hoogendam@dehoogstraat.nl>

Datum: 22-05-2015 14:06 (GMT+01:00)

Aan: Sigrid Pieterman <sigridpieterman@hotmail.com>

Onderwerp: RE: vragen over muziektherapie

[Acties](#)

Saskia Hoogendam (s.hoogendam@dehoogstraat.nl)

[Toevoegen aan contactpersonen](#)

22-5-2015

Aan: Sigrid Pieterman

ha Sigrid,

Nou, eindelijk het interview even goed door gelezen.

haha, wat een chaotisch gebeuren als je zo letterlijk opschrijft wat ik zeg...pfff, warrig figuur, onafgemaakte zinnen, rare constructies..

Ik neem aan dat je het niet op die manier gaat gebruiken in de eindstuk?

In feite staat alles erin dat gezegd is (en meer;-).

Je zou nog mogen toevoegen dat ik de link met intuïtief spelen ook erg zie .

En dat je bij empathisch improviseren ook goed moet kijken naar hoe je cliënt reageert.

Hoe zit het met de ademhaling, de spierspanning? gezichtsuitdrukking ?

Zo gebruik ik het in het hospice, als iemand niet meer kan zeggen hoe hij het vindt.

Dan speel je erg intuïtief en observeer je de cliënt, vandaaruit reageer je weer met muziek, pas je het aan etc.

Je bent dus weinig met jezelf bezig maar vooral et de ander en wat die nodig zou kunnen hebben op dat moment.

Nou, kleine aanvulling.

Lukt het allemaal?

Succes!

groet,

Saskia

Ludger Stuijt

za 16-5-2015 13:06

Aan:

Sigrid Fokkens;

U hebt geantwoord op 16-5-2015 13:42.

Hoi Sigrid,

Wat een werk heb je gehad om het helemaal uit te schrijven! Het staat zo wel erg onbeholpen. Zo spreek ik kennelijk. Maak er maar een samenvatting van met volzinnen. Het gaat er toch om wat er uitkomt?

Het enige wat anders moet: bij vraag 2 staat ergens:

En in de praktijk sta ik er soms ook niet ver van af. Niet moet hier weg. Ik vind dat ik er in de praktijk soms wel ver van af sta.

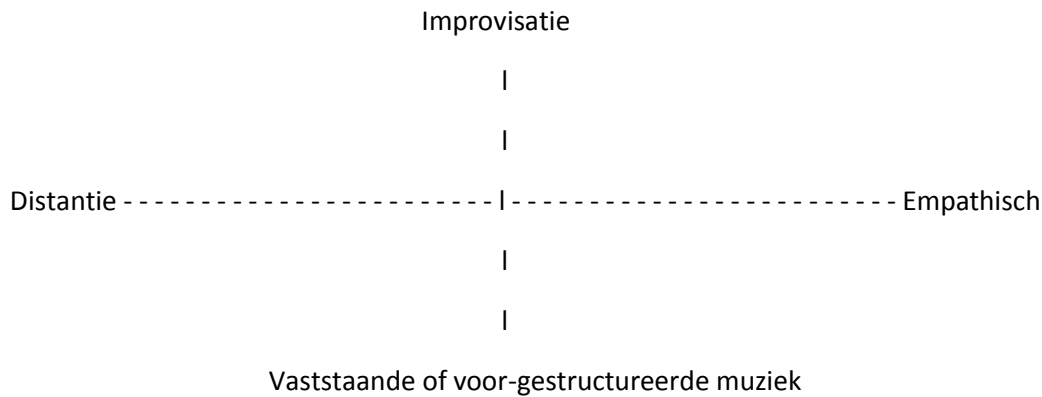
Voor de rest: helemaal super! Succes met je onderzoek!!!

groetjes

Ludger

Bijlage 3 Interviews

Interview 1



Vragen:

1. Als ik zeg Empathisch improviseren, waar denkt u dan aan?

Dan denk ik: moet ik dan zelf improviseren? Empathisch is met de ander, dus dan improviseert de ander mee, speel je dan mee of speel je dan samen? Er komen meer vragen dus: Wat bedoel je daarmee? Dat je zelf improviseert wat je denkt, of wat de ander speelt? Daar ben ik wel benieuwd naar. *Het gaat hier in dit onderzoek om de muziektherapeut die empathisch improviserend speelt, de term die ik gebruik is voor het gebruik door de muziektherapeut.* Ik improviseer haast niet of niet. Het enige wat ik daarin wel doe is: ik heb een cliënt van een jaar of 30 met NAH, door een verkeersongeluk. Hij speelt trommel en ik speel piano. Hij is spastisch, dus het lukt hem niet om een goed ritme te spelen, dus dan speel ik piano duidelijk ritmisch, of zo dat ik heel duidelijk een ritme aangeef. En dat doe ik dan om hem te helpen mee te spelen. Dus in het begin zei ik: jij geeft ritme aan en hij werd helemaal trots, maar nu help ik hem om een ritme te spelen. Dus dat is het enige wat er nog een beetje op lijkt. En ik improviseer dan, of ik speel gewoon vrij, maar dat is binnen een akkoordenschema. *Nou, dat is ook improviseren.* Ja, ik weet van te voren niet wat ik ga spelen of waar het naar toe gaat en dan spelen we samen. Het doel er achter is om hem te stimuleren om door te spelen, om gevoel te krijgen van ja, we zitten in een jamsessie. De muziek neemt ons mee.

2. Welke werkwijze gebruikt u meestal binnen de muziektherapeutische aanbiedingen?

Ik doe heel veel met liederen. Dus de vaststaande, voor-gestructureerde muziek, daar werk ik het meest mee.

En gaat dat dan richting de empathische kant op, of meer richting distantie, zoek je de liederen echt speciaal uit voor de cliënt?

De ideale vorm, dus empathisch, dat is ook Client Centered. Rogers zegt: het belangrijkste instrument van de therapeut is het empathisch zijn. En dat is een ideaalvorm, waar ik naar streef. Maar die ik

vaak niet haal. En in de praktijk sta ik er soms ook ver van af, dus ja, wens en praktijk dat is wel een verschil. Improvisatie is een wens, ik wil wel in die hoek zitten, maar ik zit in de praktijk nog meer wel in de tegenovergestelde hoek. (plaatje schema). Zoals zelfs de distantie, dus het empathische en het improviserende, dat is wel een ideaalvorm. Ik zing liederen met de bewoners, ik kijk ze aan met aandacht, ik ben betrokken, werk met liederen die hun aanspreken, dus dat is met interactie en dan eindig ik er mee. De ideale vorm is om ook nog met hun te improviseren, om het initiatief ook meer bij hun te leggen. Daar heb ik ook een artikel over gelezen, de procestheorie. Met een groep dementerenden gaan improviseren. Dus dat is voor mij echt een ideaalvorm.

3. Wat is empathisch improviseren in de muziektherapie en wanneer is improviseren empathisch?

Heb je dat filmpje van Naomi Feil met Gladys Wilson van Validation

(<https://www.youtube.com/watch?v=CrZXz10FcVM>) gezien? Dat ze zo met een bewoner zit, dat is niet improviseren, dat is gewoon een liedje zingen, maar gewoon helemaal op de golflengte van de cliënt komen. Dan is het niet een improviseren, dan is het een weergeven. Uiteindelijk komt ze dan dichterbij, en je denkt eerst: daar komt dan ook helemaal niks uit, maar dan zingt ze een kinderliedje, en dan wordt die oude vrouw weer helemaal kind. Dus dat is het toppunt van empathie voor mij, dat is totaal empathisch. En dan maakt het niet meer uit of het improviseren is. Wat heeft de ander nodig? Waar vraagt de ander om, zonder het in woorden te kunnen zeggen. En dat is ook zo met die man van 30 met NAH, die moet je natuurlijk ook een beetje stoer behandelen, die moet je niet als een kind behandelen, juist niet.

Wanneer is improviseren empathisch? Zelfde zetting. Ja, het empathisch zijn, is wat we leren in muziektherapie. En dat doe je door te observeren, door te luisteren, door vragen te stellen, zo breng je empathie in praktijk. Want hoe kan je empathisch zijn: daarvoor moet je observeren, dan moet je luisteren, dan moet je vragen stellen.

4. Is empathisch improviseren een hanteerbaar begrip voor Muziek therapie en in welke situaties?

Voor mij is het een ideaalsituatie. En in welke situaties... nu heb ik het over situaties, dat de cliënt niets kan zeggen, dus die man van dertig, die kan niet praten, en die vrouw bij Naomi Feil, die kon niet meer praten en mensen in het laatste stadium van dementie, die kunnen ook niet praten, dus dan moet je helemaal op die golflengte met de persoon zitten, dus voor die situaties is het goed toe te passen. Maar als de ander wel kan spelen, dus meespelen met de ander, ja, dan wordt het meer. Dan is het minder empathisch improviseren. Ik denk dat het voor die groep (non-verbaal) het beste is, want als de ander mee kan spelen, dan ga je meer de, we zitten al in een spel, maar nu ga ik, de muziektherapeut, een ingreep doen, dan komen de aspecten van Bruscia. Dan laat je dat empathische, dan ga je verder. Dan kan je verandering, dan kan je sturen. *Is dat minder empathisch voor jou?* Of dan is dat empathisch improviseren er al, dan is dat de basis waarop je kan ingrijpen als therapeut. Dan kan je gaan sturen, dan is dat de basis, want je wil dan iets uitlokken en dan ga je uitlokken. En op dat moment gaat het niet om het empathisch zijn, maar dan gaat het om het uitlokken. Je bent empathisch begonnen, door zo helemaal te spelen dat je samen op dezelfde golflengte zit, en als de ander in staat is om zelf mee te spelen, ja, dan is er meer mogelijk. Maar bij een dementerende in het laatste stadium, dan blijft het bij empathisch improviseren. Dan tokkel je op de gitaar misschien het tempo van de ademhaling, iets heel zachts, of ja, dan ga je mee met wat je observeert en hoort.

5. Wat zijn de kenmerken van empathisch improviserend spelen door de therapeut binnen muziktherapeutische werkvormen? (Observatie / diagnostiek)

Beginnen met weer observeren, luisteren, vragen stellen, met goed te kijken. En dan spiegelen wat je observeert of hoort. Dat is het dan, dan geef je terug, dan probeer je in de mood te komen waar de ander is, de ander bereiken waar die is.

6. Wanneer is werken met empathisch improviserend spelen door de therapeut geïndiceerd? (Indicatie)

Bij Naomi Feil, die vrouw kon nog wel praten, maar ze deed het bijna niet meer, dus het is niet zo dat ze helemaal niks meer kunnen zeggen. Of, het is niet non-verbaal. Ja, mensen die vrijwel of bijna non-verbaal zijn. Dus dat zijn baby's, mensen in het laatste stadium van dementie, zwaar of meervoudig gehandicapten. Ik denk daar aan, aan die groep cliënten.

7. Welke behandeldoelen kunnen via het werken met empathisch improviserend spelen door de therapeut behaald worden? (Doelen)

Dat cliënten levendiger worden. Dat was bij Naomi Feil ook, die vrouw begon mee te zingen, ze kwam weer tot leven. En als je bij iemand die in bed ligt, en gitaar gaat spelen op die manier, dan wil je dat iemand tot leven komt, de ogen gaat openen, met de mond meedoet, misschien een arm gaat meebewegen... Ja, tot leven komen, ik denk dat dat het belangrijkste is.

8. Wat zijn de kenmerken van de interventies bij het empathisch improviserend spelen door de therapeut? (Interventies)

Nou, vertragen of versnellen, en zachter en luider, en een ander instrument bespelen, als je denkt van het moet zachter of zo, of het pakken van een zachter instrument. En je kan ook dichterbij komen of verder weg.

9. Wat zijn de behandel effecten van het werken met empathisch improviserend spelen door de therapeut? (Effecten)

Ja, dat is een beetje als de doelen. Dat de cliënt levendiger wordt. Maar stel dat iemand super onrustig is, dat kan ook, dan wil je dat iemand rustiger wordt. Dat is natuurlijk ook als iemand hyper is, en je gaat empathisch improviseren. Dan moet je eerst bij de cliënt komen, iets van die onrust moet je ook spelen, zo dat je de ander bereikt. En dan kan je daarna in de rust komen. Maar dan nog, dan wil je dat de ander meer zichzelf wordt, of de persoon wordt wie hij is. Die onrust, daar wil je hem eigenlijk van bevrijden. Dan echt contact, of dat het contact intenser wordt.

Je het nou bij al die dingen over één persoon. Hoe zie je het empathisch improviseren in groepen? Want je zei ook al het verlangen van dat je toch wel verlangt naar empathisch improviserend spelen met groepen?

Je moet belangstelling en interesse tonen, iedereen moet landen. Dus je kan niet zo plompverloren beginnen. Dus een bepaalde sfeer kweken van veiligheid, dat iedereen zich op zijn gemak voelt, zo langzaam naar iets toewerken. Dat er toch een groepsgevoel ontstaat, en dan heb je het toch over de wat betere cliënten.

Ja, en ik snap wel dat als je instrumentjes uitdeelt, je gaat zelf piano spelen, je laat iedereen meespelen. Iedereen heeft wat, dat als ze niet goed kunnen zingen, dat ze wel een instrument hebben om mee te doen. Je moet eerst iets op gang brengen, maar dat de groep het overneemt, dat wil je dan. Dat doen we ook met improviseren, dat jij dan niet meer de kar trekt, maar dat je deel bent van de groep, dat er iets moois gebeurt. Dat de groep zelf enthousiast wordt en ook voelt dat ze zelf initiatief kunnen nemen. Of iets kunnen doen waar de anderen meegaan. Dat is mijn wens en ideaal.

Interview 2

Vragen:

1. Als ik zeg Empathisch improviseren, waar denkt u dan aan?

Ik heb al wat dingen opgeschreven, want ik heb natuurlijk wel al een beetje over nagedacht. Er rijzen heel veel vragen bij mij op, ik had ook eerst voor mijzelf: empathie en muzikaal gezien, om een soort brug tussen die twee te maken. De eerst vraag die bij mij naar voren komt: Kan je eigenlijk wel improviseren zonder empathie? Dus is empathisch improviseren niet een soort van voorwaarde van waaruit je kunt improviseren? Ook al heb je het misschien over tegenoverdracht, dan denk ik nog wel dat daar een soort van empathie aan ten grondslag moet liggen. Want empathie gaat bij mij ook wel heel erg over veiligheid bieden naar je cliënt toe. En empathie gaat over inlevingsvermogen, over begrip kunnen tonen, over meeleven met. Maar ik denk dat het concreet voor mij wel tot uiting komt in het bieden van veiligheid. Dus in een soort van herkenbaarheid in jezelf, dat je consequent handelt, maar ook in veiligheid qua ruimte aanbieden, en ook qua veiligheid in je spreken, in je stemgebruik, in je instrumentkeuze als het ware. Ik denk dat dat de eerste vorm is van empathie waar ik aan moet denken, en dan de tweede vorm ook, als je echt daadwerkelijk tot muziek maken komt, en dan gaan we er van uit dat je ook met de cliënten te maken hebt die ook gewoon fysiek in staat zijn om muziek te kunnen maken, om iets mee te kunnen doen. Dan gaat het natuurlijk heel erg over dat je als muziektherapeut heel erg finetunet op en naar je cliënten toe. Ik heb ook woorden opgeschreven als meesturen, en meegaan, niet zozeer interveniëren, maar meer acceptatie en van daaruit meegaan en vervolgens kan je dan misschien ook wel weer met interventies de improvisatie, of het spel, of het gevoel bij de cliënt, daar kan je ook wel wat mee doen. Maar ik denk dat in de eerste instantie het accepteren dat dat ook wel heel erg belangrijk is.

Ik had ook wel gelijk naar voorbeelden toegespitst voor mezelf. Dhr. H. van N. die man, die altijd een plastic fles bij zich heeft, redelijk agressief, auto mutilerend, niet sprekend, laag niveau, dus ook wel verstandelijke beperking in combinatie met psychiatrie. Daar ben ik sinds een aantal maanden nu één op één mee aan de slag gegaan, en de therapie bevindt zich eigenlijk nog in de observatieperiode, dus ik kan nog geen grote conclusies trekken. H. is wel een beetje een chagrijnige man, die nukkig en knorrig kan zijn. En dat zie je dan ook gelijk terug in zijn spel. Ik ga dan met hem op een trommel slaan, voornamelijk, ook om een beetje een soort van het uiten van die gevoelens op een muzikale manier te kunnen bewerkstelligen. En dat werkt wel heel erg goed. Maar met H. merk ik dan ook dat hij een aantal ferme hele harde klappen op die grote trommels geeft, en dan vervolgens zijn stokken weggooit. En de stokken vliegen dan een heel eind door de ruimte. Dan geef ik hem nieuwe stokken en dan geeft hij weer een paar tikken en dan vliegen die stokken ook weer door de ruimte. En dat gaat ook echt hard, dus ik moet zelf ook nog oppassen dat die stokken niet in mijn gezicht gegooid krijg, of dat het niet op de computer terecht komt. Maar ik laat het hem wel gewoon lekker doen. En als je het hebt over empathisch improviseren, dan is dat wel één van de voorbeelden uit de praktijk waarin ik merk dat ik dan eigenlijk veel meer begripvol ben naar hem. En ik denk van: ik vind het veel belangrijker dat hij eindelijk nu dat innerlijke gevoel muzikaal kan uiten, en dan laat ik hem dat eigenlijk doen. Hij heeft bijvoorbeeld ook dat hij tegen dingen aan gaat schoppen. En ook hard, hoor! Dus niet gewoon een trap, maar gewoon keihard tegen dingen gaat trappen. En dan pak ik een grote trommel, en dan laat ik hem daar tegen aan trappen. Waardoor je merkt dat zijn trap ook muziek maakt, muziek teweeg brengt. Waardoor je toch weer op een muzikale manier daarop kan inspelen. Maar... stel dat ik met "de Speeldoos" zou werken, gewoon LVG met wie ik samen muziek maak, liedjes maak, dan zou ik het niet accepteren dat zij met stokken zouden gaan gooien. Of dat zij op trommels zouden gaan trappen. En met H. dan laat ik hem dat wel doen, omdat ik geloof dat dat voor hem een therapeutische uitwerking kan hebben. Dat zou ik voor

mezelf een heel erg empathisch improviserende manier van werken benoemen. En ik moest ook heel erg denken aan het voorbeeld met “het Kabinet” met C. Dat vind ik eigenlijk een voorbeeld van on-empathisch muziek maken, dat ik dan te maken heb met begeleiders die commanderende verbale interventies gaan doen zoals: “he, C.! Doe nou eens even mee! Schiet nou eens even op! Doe nou eens even wat mee!”. En dat ik dan merk dat ik het dan moeilijk vind om die begeleiders dan in de regie mee te nemen, omdat daar dan eigenlijk eventjes vanuit een helicopterview een objectieve mening over te geven, van zo: laten we dit even anders doen. Dat heb ik dus toch wel moeten doen, omdat ik zelf merk dat als ik samen speel met C., en dat het vanuit die manier gebeurt, dan heb ik niet het idee dat het gebeurt vanuit een vrije expressie. Dan is het meer “kom op C, je moet in actie komen, doorbreek de passiviteit, ik wil dat je nú meespeelt. En dat vind ik geen improviseren. *Dus het stuk improviseren van jou wordt eigenlijk teniet gedaan door de begeleiders. En de empathie wordt ook door hun teniet gedaan.* Ja, klopt. Ja. En ik merk in dat voorbeeld nu, dat ik dan eigenlijk C. een andere activiteit of werkvorm aanbied. Als ik hem dan die houten xylofoon geef met die stokjes, dat hij dan veel meer tot muziek maken komt, dat hij dan helemaal geen verbale instructies nodig heeft of aanwijzingen, maar dat hij gewoon lekker in een flow komt. En dat is dan ook wat je wilt bewerkstelligen. En dan heb ik ook het idee dat het wel empathisch is, en dat er sprake is van empathische improvisatie. Misschien ben ik dan ook wel benieuwd naar wat jij daar dan over vind. Denk jij dan ook dat je kunt improviseren zonder die eerste ondergrond, of hoe zeg je dat, basis van die empathie. *Ja, dat denk ik wel. Ik heb hier, dat is wel leuk, een tekeningetje (schema), je kan namelijk ook met distantie improviseren. Dat je gewoon lekker je eigen gang gaat. En dan ben je wel aan het improviseren, en dat kan dan ook heel mooi zijn, maar je let niet op wat de cliënt nodig heeft. Net zo als: met vaststaande muziek kan je empathisch spelen, je kan ook met distantie spelen.* Ja, wat is voor jou dan empathisch spelen, kun je dat verwoorden? *Empathie zelf is voor mij het inlevingsvermogen en het aanvoelen en het erop gericht zijn van wat er belangrijk is voor de cliënt op dat moment. Wat ik vind, of dat nou het wel- of niet bijsturen is, of het iemand in zijn eigen flow laten zitten, maar echt het aanvoelend vermogen om er op die manier mee te werken.* Maar ben je dan ook van mening dat je vanuit de distantie kan improviseren, zonder die empathie? *Ja, dat kan volgens mij*

Ik heb ook wel cliënten met wie ik heel bewust distantie neem, maar dat ik wel merk... De empathie heeft ook heel erg met mij te maken met een soort cliëntgerichtheid, dat je toch ook wel altijd zoekt naar wat de cliënt nodig heeft. En dat je daarop inspeelt. En sommige cliënten die kunnen het inderdaad nodig hebben om bijvoorbeeld heel erg uitgedaagd te worden. Bijvoorbeeld cliënten die vast zitten in een soort passiviteit, om die dan bijna vanuit een provocerende manier toch te prikkelen tot actie komen. Maar daar ligt alsnog wel een empathie aan ten grondslag voor mij.

Ik begin wel met een liedje van: “Goedemiddag...”, dat je eventjes tot elkaar komt. En met H. bijvoorbeeld, H. is heel erg geobsedeerd door sigaretten, dus die gaat dan bij de deur staan, omdat daar dan veel sigaretten liggen. En ik dacht: OK, ik kan heel erg moeilijk gaan doen, en acht weken met hem bezig zijn met dat hij ergens anders moet zitten. Maar goed, waarom eigenlijk. Hij staat gewoon daar. Dus wat ik doe, ik verzet al die trommels gewoon, en breng die naar hem toe. En blijkbaar is dat zijn veilige plek, en dan denk ik: dan krijg je die trommels gewoon op die plek waar jij je veilig voelt. Maar met een andere cliënt zou ik kunnen denken van nee, bijvoorbeeld B, Die maakt er een spelletje van, dat ik me weer zo’n pedagogische politiemans voel, en dan denk ik wel: ik wil niet dat jij nu mijn grens over gaat, jij gaat wel leren om op de bank te zitten. Maar dan is er nog wel die empathie, die wel daaraan ten grondslag ligt, denk ik. *Ik denk ook wel dat sommige cliënten een distantie nodig hebben, ik denk ook niet dat één van deze kanten fout is in de muziektherapie. Voor mijn gevoel heb je al die kanten nodig. Ik kan me voorstellen dat je de ene keer merkt van de groep: OK ik moet nou meer hier zitten, of ik moet nou meer improviseren want de groep is onrustig en ik wil ze rustig krijgen, of dat je juist een bekend lied pakt om ze rustig te krijgen.* Zou je schema dan niet

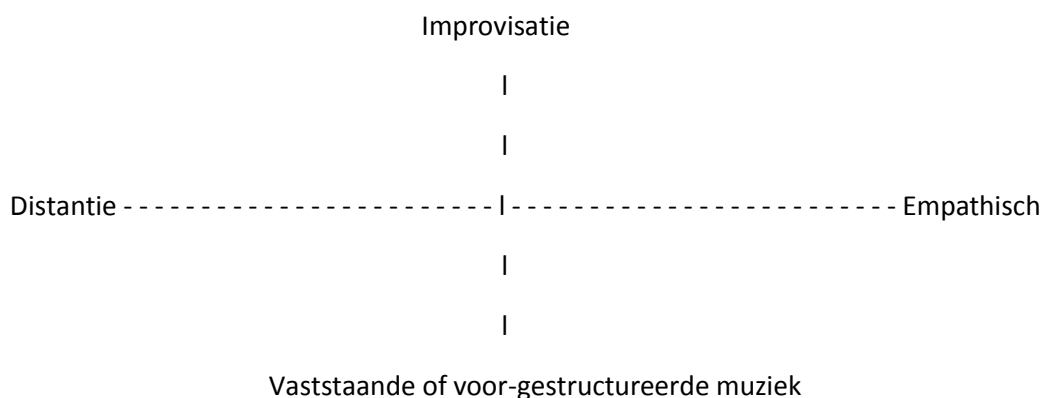
meer een soort driehoek moeten zijn? Een improvisatie driehoek met empathie, en dan distantie... of... *Ik zie het zelf meer als schuivende lijnen. Je kan een vaststaand lied verschuiven naar dat je er mee improviseert. Of je kan alles loslaten en helemaal in de improvisatie zitten.*

Wennen aan het visueel afgebeelde plaatje, want het een kan niet zonder het ander. En hoe je het doet ligt heel erg van de cliënt af.

Ik ben nu met één van de trommelclubs volledig zonder liedjes bezig. Een cliënt, L. hij is LVG, hij kan gewoon goed drummen. En dan zeg ik tegen hem kom op, leg een beat neer. En dan heb ik een bassist, dat is een vrijwilliger, en die speelt dan een bas. En de rest van de cliënten, een stuk of vijf of zes, die speelt gewoon op trommels of gitaren, die doen gewoon mee. En dan hebben we ongeveer drie nummers van tien minuten heel erg improvisatorisch, en dan merk ik dat dat in die groep veel beter werkt dan dat we dan zeggen: nu gaan we Jan Smit spelen. Maar met "de Speeldoos" is het ook wel weer leuk om naast improviseren ook weer wat structuur te bieden. Als muziektherapeut maak ik gebruik van beide. En het liefst binnen één sessie ook dat ik toch een afwisseling maak tussen die dingen.

2. Welke werkwijze gebruikt u meestal binnen de muziektherapeutische aanbiedingen?

Zie gesprek hierboven, en de toevoeging van de verbindingen tussen de woorden in een cirkelvorm.



3. Wat is empathisch improviseren door de therapeut in de muziektherapie en wanneer is improviseren empathisch?

Als muzikant zou ik wel zeggen, dat improvisatie sowieso empathie is, mijn definitie van improviseren met andere mensen is ook dat we dan ook naar elkaar luisteren, dat het fifty/fifty is dat je geeft en je neemt. Dus je luistert en je maakt ook muziek. Ik denk dat er in het contact dat je dan zoekt met je medemuzikanten dan altijd empathie zit. Want een luisterend oor staat weer gelijk aan empathie. Ja, ik zit even te denken. Ik merk wel dat ik in mijn hoofd geneigd ben naar: als ik bij een cliënt een verandering teweeg wil brengen, of een prikkeling, of iets anders wil gaan doen, dan denk ik dat ik eerder gebruik zal maken van die distantie, of dat wegduwen, dan van empathie. Want empathie vind ik ook wel een beetje synchroon staan aan het warme bad waarmee je begint... Als muziektherapeut werk je altijd vanuit een doelstelling. En dan denk ik dat er eigenlijk altijd wel een soort van cyclus te vinden is, van je begint na het stellen van een doelstelling, met empathie. En empathie hoort ook een beetje bij observatieperiode, kijken wat de cliënt kan muzikaal, affiniteit etc.

etc. etc. en dan op een gegeven moment wil je die doelstellingen bewerkstelligen. En dat betekent ook vaak dat er een verandering teweeg moet brengen. En dan ga ik meer prikkelen, en meer provoceren. Soms wel pesten, treiteren, om ander gedrag uit te lokken. Bijvoorbeeld B. Die perse vanaf het begin op de trommel wil slaan, maar zij zal ook moeten leren dat er ook cliënten bij zijn die het prettig vinden om gewoon eerst even rustig op de bank te gaan zitten, om een liedje te beluisteren, en dan pas de trommels er bij te pakken. Dus dan moet B toch leren om daarmee aan de slag te gaan. En dan merk ik wel dat als ik dan empathisch naar B ga zijn, dus eigenlijk een beetje een soort van warm bad biedt, dat heeft B. op dat moment helemaal niet nodig. B heeft het wel nodig dat ik zeg: hé, hier is een grens, we gaan nu een nieuw gebied bewandelen. En ik wil best je hand vasthouden, of achter je staan om samen met je dat te doen, maar we gaan dat wel doen. En dat is onveilig, jij gaat dat wel onveilig vinden, en die onveiligheid, dat vind ik op dat moment niet heel erg empathisch. Maar dat is wel even nodig om die doelstelling te bewerkstelligen, om vervolgens wel weer in die empathie terug te komen.

Muziektherapie gaat sowieso vanuit een cyclus, gedeelte A, B en C. A= opstellen van doelstellingen/ observatieperiode, B= met de doelstelling aan de slag gaan en bewerkstelligen. In fase C kom je dan weer tot de conclusie. Hoe is het nu met de doelstelling, hebben we die behaald, wat gaan we nu doen, gaan we een nieuwe doelstellingen maken? En dan kom je weer in fase A terecht, waardoor het weer een cyclus is. En ik merk dat als je dan bij B bent, dat je dan wat minder empathie gebruikt. *Afhankelijk van waar je aan werkt, natuurlijk.* Ja. En afhankelijk van wat de cliënt aankan, etc. Maar ik denk wel dat als je daadwerkelijk een stukje verandering teweeg wilt brengen, dat je dan empathie moet hebben, maar daar tussen in, tussen die twee empathiemomenten in moet ook eventjes onveiligheid zitten. Want dat staat wel synchroon aan het aanleren van nieuw gedrag, of het verbreden van je wereld. Dus ja, ik vind het ook wel interessant, ik ben wel van plan om de aankomende tijd wat meer bewust te zijn van wanneer ga ik wat meer empathisch zijn, en wanneer kies ik er voor dat we wat gaan prikkelen of zo.

Met T. jongen van in de 20, met een matige verstandelijke beperking, maar autistisch, en ook wel heel erg gedragsproblemen op de voorgrond. Agressie, auto-mutilleren, dat soort dingen. En dan maak ik een half uur muziek met hem, en ik merkte op een gegeven moment dat hij er een spelletje van maakte om naar de WC te gaan, om te plassen, en hij deed dat omdat hij dan lekker met mij kon kletsen. Over Disney-films, en over weet ik wat nog meer, van alles en nog wat. En op een gegeven moment merkte ik dat het WC-gangetje bijna een kwartier ging duren. Hij bleef dan maar kletsen, kletsen, kletsen... en toen ik er over nadacht: Hij geniet heel erg van de muziek, maar hij had wel (zoals heel veel cliënten) dat die prikkeling die hij krijgt, en dat activeren, gaat ook weer gepaard met overprikkeling, en toch weer een onveiligheid. En dan zijn al de cliënten steeds weer op zoek naar die balans daartussen. Hij vindt het heel leuk om liedjes te zingen, maar er zit ook een stukje onveiligheid voor hem in. Zijn veiligheid vindt hij in het ratelen van geklets, het gaat vaak ook nergens over, hij blijft maar doorgaan. Toen ging ik proberen of hij niet alleen naar de WC kon gaan, hij moet dan een gang door, twee deuren doorlopen, waarom niet proberen. In het begin wilde hij dat niet, wilde hij dat ik meeging, maar na drie of vier keer wilde hij het wel proberen. Toen benoemde ik dat ik trots op hem was, en dat was ik ook echt. Ik gaf hem ook dat vertrouwen, die twee, drie minuten dat hij dan weg is, met kans op een escalatie, en geen zicht heb over hem. Maar we moeten het wel proberen, even die onveiligheid bieden die empathie wegnemen, dan doet hij het zelf even. Met als doelstelling dat hij dan weer gegroeid is daarin en een ontwikkeling daarin heeft gemaakt. En dan een volgende keer, als hij naar het toilet moet, dan zeg ik tegen hem: ok, jij gaat naar het toilet, ik ga de gitaar stemmen, laten we zo snel mogelijk terug zijn, dan kunnen we weer lekker muziek maken. En dan is hij binnen twee minuten terug. En als persoon heeft hij een ontwikkeling gemaakt. Dus zo'n stap is voor hem een massieve stap. Dan merk ik dat je begint met die empathie en veiligheid en er

voor hem zijn, maar om voor een therapeutisch doel te komen, om verder te komen moet er ook een deel zijn om die empathie eventjes weg te nemen.

4. Is empathisch improviseren een hanteerbaar begrip voor Muziek therapie en in welke situaties?

Ja, dat denk ik wel, ik denk dan meer dat het tegenovergestelde van empathie, is dat distantie, misschien kan distantie ook empathisch zijn... het tegenovergestelde van empathie is wel een beetje wegduwen. Empathie, wil zeggen kom tot mij, of ik kom tot jou, en het tegenovergestelde is dan dat ik wegduw...

Ik denk dat het een goed begrip is voor de muziektherapeut, want dan kan je ook gaan kijken naar die distantie. En om er zo dus bewust van te zijn. Maar dat is ook wel afhankelijk van de therapeut. Ik ken ze hier niet, therapeuten die een soort van basis-neutrale houding hebben van empathie. Maar die moeten er wel zijn, of die zullen er ongetwijfeld wel zijn. Ik denk wel dat dat een soort vorm zou kunnen zijn, waar iemand, een therapeut wel iets aan kan hebben. Misschien zou je ook wat kunnen kijken naar wat concrete werkvormen, waarin het dan tot uiting komt. Dat empathische improviseren, maar ook het tegenovergestelde daarvan. En wanneer doe je dan het een of het ander.

Als je kijkt naar het schema dan moet er wel in het neutrale, dat er toch een soort van nee moet zitten, wat van afwijzing. *Dan kijk je weer naar nabijheid en afstand, en ik weet niet of afstand en nabijheid wel hetzelfde is als distantie en empathie.* Ik denk dat het aan jou ligt om dat te definiëren, in je empathisch improviseren stroming. Wel interessant om over na te denken. Wat is dan het tegenovergestelde van empathie. Gewoon bot? Lomp? Of te veel introvert, maar dat zou weer betekenen dat empathie extravert is, en dat is het niet. *Of in jezelf gekeerd.* Ik denk dat ik met het wegduwen en ook een beetje afwijzen, dat vind ik ook wel een moeilijk woord. Nee, ik denk dat ik het voor mijzelf zou definiëren als veiligheid en onveiligheid. Het bieden van veiligheid of het bieden van onveiligheid, niet in de zin van gevaar, maar iemand voelt zich onveilig. *De teddybeer is weg.* Ja precies, dat. Meer zo'n onveilig gevoel.

5. Wat zijn de kenmerken van empathisch improviserend spelen door de therapeut binnen muziektherapeutische werkvormen? (Observatie / diagnostiek)

We hebben het dan ook over muzikaal... uitnodigend, voorzichtig, meesturen en meegaan, in plaats van interveniëren en ook aansturend, in plaats van interveniërend.

6. Wanneer is werken met empathisch improviserend door de therapeut spelen geïndiceerd? (Indicatie)

Tijdens de observatiefase. Vooral in fase A en C.

7. Welke behandeldoelen kunnen via het werken met empathisch improviserend spelen door de therapeut behaald worden? (Doelen)

Ja, welke niet? Dat denk ik serieus, welke niet? Tenminste, van de cliënt uitgaande, en wat die aankan et cetera. Je kan niet tegen mijn cliënten zeggen we gaan je beperking weghalen, dat snappen we natuurlijk ook wel... *Ik weet niet of je het er mee eens bent, maar ik heb zelf iets van het versterkt je aanbod waar je mee bezig bent. Als je empathisch improviserend erg gericht bent op de cliënt, dat je dan dat doel wat je met de muziektherapie wilt bereiken versterkt wordt. En dat het misschien wel versnelt word.* Ja natuurlijk, uiteraard, inderdaad. Want het bieden van die veiligheid is een eerste voorwaarde om tot therapie te kunnen komen.

8. Wat zijn de kenmerken van de interventies bij het empathisch improviserend spelen door de therapeut? (Interventies)

Ik denk wat ik net ook al noemde, meesturen, meegaan, aansturen. Als je er iets tegenover zou stellen, je zou als interventie ook confronteren kunnen benoemen. Dat zou ik dan niet onderdeel van empathisch improviseren noemen. Dan zou ik eerder denken aan meesturen, meegaan, mee-flowen, meedeinen. En van daaruit kan je kijken: nu gaan we de confrontatie aan, of een ander stuk belichten. Maar in de eerste instantie gaat het wel over het uitnodigen, het meegaan, het meesturen, meeveren. *Als je zegt dat je van daaruit wel een stuk kan confronteren, of een ander stuk kan belichten wat meer sturend is, zou dat dan ook nog binnen het empathisch improviseren kunnen liggen?* Op dat moment hebben we het dus eigenlijk over dat je even in het stukje B zit, we gaan nu aan de slag met die doelstellingen, dan zou ik dat dan niet empathisch improviseren noemen, maar dat wat er tegenover zit. Het wegduwend improviseren, of het afwijzend improviserend.

9. Wat zijn de behandel effecten van het werken met empathisch improviserend spelen door de therapeut? (Effecten)

Dat is ook weer heel breed. Het hangt er dan maar net af met welke doelstellingen, van vraag 7. Dat kan dan in principe eigenlijk alles zijn. Of tenminste alles, als je het op een SMART manier geformuleerd hebt.

Concreet zou ik dan denken aan dat je in eerste instantie samen komt, dat er acceptatie is, of het zoeken van contact. Van daaruit kan je ook weer denken aan wat de doelstelling is.

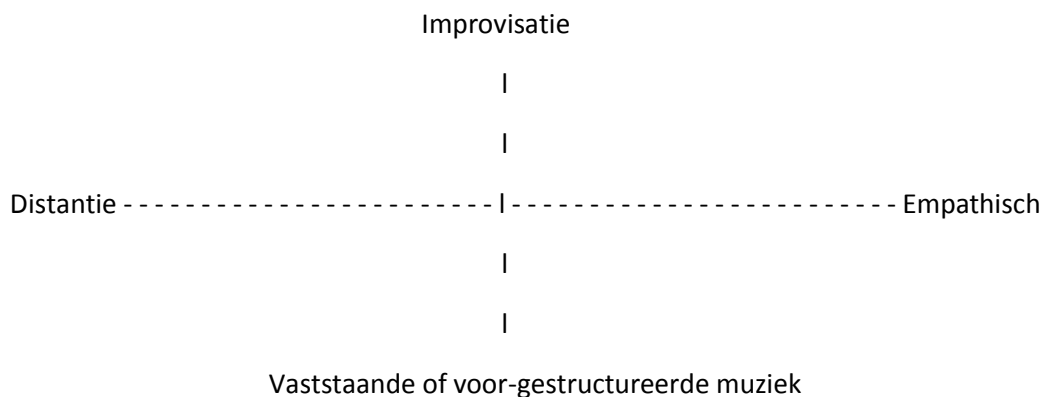
Interview 3

Vragen:

1. Als ik zeg Empathisch improviseren, waar denkt u dan aan?

Dan denk ik aan: improviseren is natuurlijk gewoon maar muziek maken zonder bladmuziek of zonder vooropgezet doel, dus dat betekent: je vraagt iemand een instrument te pakken en diegene mag erop spelen wat hij wil. Als diegene dat doet, en als ik empathisch improviseer, dus met diegene, dan probeer ik goed te luisteren, naar wat de cliënt doet. En dan luister ik naar hoe hard iets gespeeld wordt, of hoe zacht iets gespeeld wordt, ik luister naar snelheid, dus het ritme, ik luister naar, of ik kijk naar de houding van zo iemand, ik kijk of die agressief speelt, of heel teruggetrokken speelt. Ik kijk naar, ik let op concentratie, en ik let op of iets eindeloos klinkt, of juist kortaf. Dus het luisteren omhelst al heel veel onderwerpen. En met die informatie, die ik op dat moment dan krijg, daar speel ik op in. Dus empathisch betekend dat je probeert in te voelen, dus dan ga je op de golflengte zitten van de cliënt, en als je dan op diezelfde golflengte inspeelt, dan voelt de cliënt als het goed is, een soort van ondersteuning. En dat noem ik dan empathisch improviseren, tenminste, zo zou ik het dan invullen. Dat is mijn persoonlijke invulling.

2. Welke werkwijze gebruikt u meestal binnen de muziektherapeutische aanbiedingen?



Ik werk meer met vaststaand, of voor-gestructureerde muziek, en ietsje minder met improvisatie. Laten we zeggen dat het 60% om 40% is. En dat hangt er dus heel erg van af wie de muziektherapie krijgt, en hoe diegene in elkaar zit, of die er voor open staat om te improviseren. Als ik aan vaststaand of voor-gestructureerd denk, dan denk ik aan een liedje zingen, of eerst naar muziek luisteren, of een liedje zingen achter de piano.

En empathisch of distantie, ik heb wel eens met distantie iemand een liedje laten zingen, diegene wilde dat dan graag, maar die had het dan nodig om gezien te worden, bijvoorbeeld. Om in de spotlights te staan, om misschien ergens in uit te blinken. En dan hoeft je niet zozeer empathisch te zijn, maar dan kan je even gaan zitten. En dan zeg je: nou, je mag wat gaan zingen, en dan kijk je diegene aan, je kijkt met aandacht. Je luistert met aandacht, je geeft diegene het gevoel dat die het

goed doet. Dus dat is dan een soort van distantie, maar niet helemaal, omdat je dan toch met aandacht zit te luisteren. Dus het is dan toch weer empathisch. En als ik in een improvisatie op de piano bijvoorbeeld, dan kan ik voor-gestructureerd zeggen misschien wil je dit akkoord spelen, en dan ga ik bijvoorbeeld improviseren daarop. Of andersom, dat ik een akkoord speel en dat de cliënt improviseert. En het is ook anders dan dat ik bijvoorbeeld een lied speel op de piano, en diegene die zingt daarbij, die zit naast mij en die zingt. En distantie, ja dat doe ikzelf eigenlijk niet, nooit, maar cliënten doen het wel met mij. Dat is dus ook wel mooi, dus die zetten mij wel buiten spel, in het spel ook. Dat gebeurt. *Wat doe je dan?* Ik laat het, want het is een soort van diagnose of zo, het valt je op. En het is ook een belangrijk iets. En soms kunnen mensen ook geen contact maken, dus dan is het iets van: Hé, er valt mij iets op, namelijk diegene maakt geen contact, of kan het niet, of wil het niet, of... En dat is belangrijke informatie. Dus dan doe ik er niets mee, maar het valt me wel op dus ik schrijf het op en ik rapporteer het. En dan kan ik eventueel later zeggen van nou, dit en dat valt me op. Dan kan ik het ook verbaliseren, dan zeg ik: "valt jou dat ook op, of en doe je dat bewust, of gaat het vanzelf". Nou ja, dat soort dingen.

Als je denkt aan rappers (ik heb ook veel rappers hier), Die maken dus heel veel muziek zelf, en dan kunnen ze zich uiten, ventileren. Dat is voor hen ook een belangrijk doel. En dan sta ik er naast, soms doe ik mee. Of ik doe mee op een instrument, of ik doe mee al zingend, of een drumpartij zoeken, of een beat zoeken. En dat gaat een beetje gezamenlijk op.

3. Wat is empathisch improviseren door de therapeut in de muziektherapie en wanneer is improviseren empathisch?

Empathisch improviseren, dat is per cliënt verschillend. Je kan niet zeggen: "als ik meespeel, dan is dat empathisch improviseren". Het is maar net wat diegene nodig heeft. En dan heeft dat weer te maken met welke doelstellingen, waar werk je aan, wat wil je bereiken. Wil je het zelfvertrouwen van iemand vergroten? Er zijn honderden doelstellingen. En als je daar naar kijkt, dan kan je soms wel en soms niet empathisch improviseren. Of kan je eigenlijk stellen dat je altijd wel empathisch improviseert. *Dat is ook al wat iemand anders stelde.* Eigenlijk moet je eerst uitleggen wat is empathisch, en wat heeft iemand nodig. Soms heeft een cliënt geen empathie nodig, omdat het te beklemmend kan zijn, en omdat de cliënt autonoom wil zijn. Maar je kan dan wel zeggen dat je empathisch improviseert, omdat je dan op een andere manier improviseert. Dan ga je niet zozeer mee met de cliënt, maar dan probeer je die cliënt autonoom te laten zijn, dus dan laat je hem zelf dingen bedenken, en dan ga je naar manieren zoeken waarbij diegene meer ruimte krijgt om creatief te willen zijn. *Dus de empathie binnen de improvisatie kan bij de ene cliënt er compleet anders uitzien dan bij de andere cliënt.*

En wanneer is improviseren empathisch? Dat is verschillend... Maar heel veel mensen met een laag zelfbeeld hebben wel ondersteuning nodig. Die vinden het wel prettig om ondersteund te worden, dus dan kan je een soort van basis geven in de improvisatie, waardoor ze zich ondersteund voelen.

Wanneer is improvisatie niet empathisch? Als het niet aansluit bij de cliënt. Dus als je totaal iets gaat doen waarbij de cliënt gillend wegloopt of gek wordt, of niet kan horen. Ik bedoel, als een cliënt het moeilijk vindt om de zachte kant van zichzelf aan te spreken, en ja gaat een heel lief liedje zingen, of hele zachte tonen laten horen, dan kan soms iemand helemaal niet tegen. Of er is iemand die bang is omdat hij mishandeld is of zo, dan ga je niet keihard op de drum slaan en hem laten schrikken. Dat is ook niet empathisch. Dus dat zijn voorbeelden als je niet empathisch bent.

4. Is empathisch improviseren een hanteerbaar begrip voor Muziek therapie en in welke situaties?

Ik vind het een beetje te algemeen bevoord. Ik zou het liever concreter willen benoemen, wat je dan doet. Dus dan, het is te algemeen. Het zou uitgesplitst moeten worden in meer zinnen. Uitleg van wat is empathisch improviseren. Hoe kan je dat nou goed omschrijven... Dus het begrip is hanteerbaar, maar ik vind het te algemeen, dus dan zou ik zeggen ik vind het niet echt een hanteerbaar begrip. Dan denk ik aan rapportage, weet je wel, als ik zeg ik heb empathisch geïmproviseerd, dan zegt de behandelaar: "dat kan je wel zeggen, maar ik weet niet wat dat is". En je kan wel vertellen wat je dan daaruit hebt gehaald, maar dan is het fijner dat je zegt: "dit haal ik daaruit, omdat je zus deed en zo deed, en diegene dat en dat deed."

5. Wat zijn de kenmerken van empathisch improviserend spelen door de therapeut binnen muziektherapeutische werkvormen? (Observatie / diagnostiek)

Wat zei ik in het begin? Dan heb je het over je kijkt naar iemand, kijken naar de houding, het luisteren naar het ritme, harmonie, hard of zacht, dus luid of minder luid. Aggressief of zacht, zit er soms een onevenwichtigheid in? Dat vind ik wel kenmerken daarvan, daar kan je wel naar kijken. Maar ook de manier waarop cliënten reageren op hoe je doet en wat je zegt. Dat hoort er ook bij, bij het spelen. Dus het is ook een soort interactie.

6. Wanneer is werken met empathisch improviserend spelen door de therapeut geïndiceerd? (Indicatie)

Altijd, ... nou, altijd? Als iemand misschien moeite heeft? Ik begin met de contra-indicatie: als iemand het niet kan hebben, probeer je op afstand te blijven en probeer je voorzichtig te zijn. En qua spelen, dan probeer je iets gestructureerds aan te bieden, of iets wat al bestaat. Dat is het meer.

Geïndiceerd: als een cliënt het nodig heeft, dat hangt van de cliënt af. Maar wanneer heeft iemand het nodig? Het hoeft niet zozeer te zijn dat iemand het nodig heeft, maar je kan ook zeggen ik bied het aan omdat ik er informatie uit wil halen. Dat is dan meer een andere kant. En als je dan kijkt naar wat iemand nodig heeft, nou, ondersteuning, bijvoorbeeld. Bij een lage zelfwaardering. Dan kan het prettig zijn om empathisch te spelen.

En als je kijkt naar je ervaring bij ander werkplekken? Ja, als ik dan denk aan een autistische jongen, dan speelde ik piano, en dan werd hij rustig van de klanken, dan ging hij de hele tijd zo heen en weer, en dan door het spel kon ik wel contact met hem maken. Maar of dat nou empathisch is, weet ik niet. OK, hij werd daar rustig van, ja. *En waar lette je dan op, als je aan het spelen was?* Oriënteerde je je heel erg op hem en op zijn reacties? Nee, het maakte niet uit wat ik speelde. Dus de klanken zelf dat was al goed. Al was het gewoon maar een gewoon liedje. Of klassiek, of wat dan ook, hij vond alles goed. Hij maakte sowieso contact, als er maar muziek was. Dat is dan niet echt empathisch.

Als ik denk aan anderen, heb ik het wel eens gehad dat als ik of wij speelden, en ik dan verdrietig of mineurakkoorden speelden, dat ze dan gingen huilen, omdat ze zich verdrietig voelden. Dan kwam dat op gang, en dan konden ze zich uiten. En dan kan je het daarna, als je empathisch improviseert, het weer ombuigen naar weer wat vrolijkere, zodat ze er weer een beetje uit kwamen. Dus dat was bij de verstandelijk gehandicapten zo.

En bij de ouderen, tja, dat was vaak wel vaststaand of voor-gestructureerd. Omdat ouderen niet zo durfden. Dus dan zette ik een ritme in, als we gingen trommelen, en dan deden ze dat na. En daar kon je dan wel vaak wat uithalen, hoor, de een speelde niet mee, en de ander juist heel uitbundig. Of helemaal uit het ritme, daar kon je dan wel wat informatie uit halen. Empathisch, nee dat was het niet... En dan was het wel met bijvoorbeeld de receptieve therapie, bij de ouderen, dan mochten ze zelf wat kiezen, en dan soms sloot ik daarbij aan door wat aan te bieden. Maar dat is dan niet improviseren. Dat is dan op een ander vlak.

7. Welke behandeldoelen kunnen via het werken met empathisch improviserend spelen door de therapeut behaald worden? (Doelen)

Meer eigenwaarde laten ontwikkelen, dat zou je kunnen bereiken. Je kan bereiken dat mensen zich vrijer leren voelen, minder star leren denken. Je kan ze meer leren uiten, als ze het eerst niet durven. Je kan ze dingen laten verwerken, boosheid laten ventileren, agressie, boosheid of juist verdriet laten voelen en uiten, dat soort behandeldoelen. En die behandeldoelen worden altijd op een bepaalde manier gesteld. *Bij de gehandicaptenzorg is het vaak het maken en hebben van contact.* Ja, en je kan het ook diagnostisch bekijken, namelijk, soms zit het er niet in, contact maken. En dan hoeft je soms iemand niet te plagen, of te zorgen dat hij dat doet, want dat is dan alleen maar frustrerend.

8. Wat zijn de kenmerken van de interventies bij het empathisch improviserend spelen door de therapeut? (Interventies)

Het wisselen van instrument, dus van elkaar, of juist een totaal ander instrument. Het wisselen van ritme of toon, Je kan een interventie geven: verbaal, dat je zegt: "probeer eens dit of dat, of probeer het eens in die houding, of staand of zittend of liggend, of noem maar op. Verbaal. Voorbeelden geven, je kan ze het zelfde laten doen, dat is ook empathisch (kan het zijn).

9. Wat zijn de behandel effecten van het werken met empathisch improviserend spelen door de therapeut? (Effecten)

Dat kan zijn het steviger worden in contact, het meer durven, meer durven spelen, zich meer durven laten horen, creatiever worden. En een stukje inzicht van de cliënt zelf. Zelfinzicht. En wat ook een effect kan zijn, is ontspanning. Of contact maken, net zoals jij al zei.

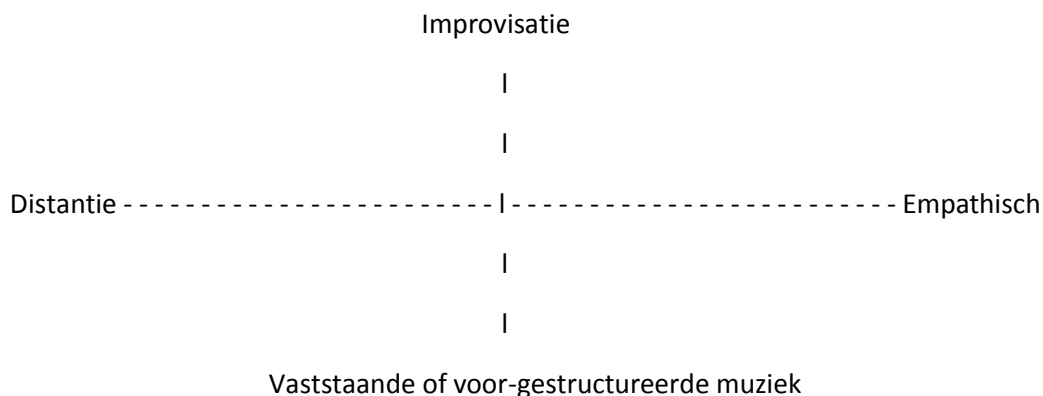
Interview 4

Vragen:

1. Als ik zeg Empathisch improviseren, waar denkt u dan aan?

Het is wel grappig, want ik zei vorige week: “ik wordt geïnterviewd”, en toen zei een vriendin van mij: “maar het is toch altijd empathische improvisatie?” en toen zei ik: “nee, je kan ook thematisch improviseren”. Dus ja, bij empathische improvisatie denk ik toch echt wel aan meer vanuit de inleving in de cliënt, dat je echt vanuit de inleving in de ander improviseert. Maar dat doe je eigenlijk wel voortdurend, als je echt improviseert. Dus ik ben wel benieuwd wat jij er onder verstaat. Maar in ieder geval vanuit je gevoel, vanuit je compassie voor de ander. Ik denk wel aan vrije improvisatie, niet aan iets met een akkoordenschema of zo, hoewel ik denk dat je ook best als je zegt we spelen in A, dat je dan ook wel een empathisch kan improviseren. Maar in ieder geval vanuit compassie en gevoel, dat daar in ieder geval veel bij komt kijken.

2. Welke werkwijze gebruikt u meestal binnen de muziektherapeutische aanbiedingen?



Ik werk op de Hoogstraat veel met vaststaande en voor-gestructureerde muziek, en vanuit daar stukjes improvisatie, omdat ik merk dat mensen dat vaak veiliger vinden, om vanuit een bestaand stuk, en dan doe ik bijvoorbeeld een paar maten en dan laat ik het even los. Nu doe je (de cliënt) jou ding, want mensen willen vaak graag precies zo doen zoals degene die het zingt het ook doe, dus dan zeg ik maak er iets van jezelf van. Dus dan gebruik ik improvisatie in voor-gestructureerde en vaststaande muziek. Ik werk niet zozeer vanuit de distantie, altijd wel in verbinding met de ander.

Maar soms gebruik ik ook improvisatie om mensen even wegwijs te maken bijvoorbeeld op de piano, en dan heel veilig, bijvoorbeeld alleen op de zwarte toetsen, of alleen de witte toetsen, en dan begeleid ik, dat is dus meer om kennis te laten maken met een instrument. Of als mensen heel erg in hun hoofd zitten even vanuit het gevoel: “wat gaat er nu in je om en hoe zou dat klinken”. Ik denk ook vaak dat ik meer zou moeten improviseren. Als ik dat dan doe, dan denk ik: “O, wat is het toch fijn!”. Op de lier gebruik ik het wel veel. Dus als dit je vraag is: welke werkwijze gebruik je binnen de muziektherapeutische aanbiedingen, dan is het heel veel, maar jij doelt nu vooral op improvisatie en op soorten improvisatie. Of niet? *Ik denk dat je als therapeut met al deze stukken wel bezig bent, maar ik ben benieuwd waar mensen vooral zitten. Want als je iemand hebt die vooral zit tussen empathisch en improviseren, dan heb je al heel wat andere voorbeelden als wanneer er meer met voor-gestructureerde muziek en distantie wordt gewerkt.* Die werkwijze, ik gebruik natuurlijk ook andere werkwijzen. Maar als het gaat om empathie: Ik werk ook wel aan de hand van foto's, beelden

of teksten of gedichten (niet zo vaak, maar het komt wel eens voor), ja, waar zit het dan? Dus, ja eigenlijk van alles een beetje. Maar vanuit de distantie, kan ik me niet zo voorstellen. Je kan het natuurlijk ook zoeken in letterlijke distantie, fysiek zeg maar. Ik zit ook vaak met mensen achter de piano, (we hebben twee piano's op de Hoogstraat, een akoestische en een elektrische) en als ik merk dat mensen di nabijheid te eng vinden, of zich op de vingers gekeken voelen, dan ga ik wel expres achter die andere zitten, zodanig dat ik die ander zijn vingers niet kan zien. Dan zeg ik bijvoorbeeld: "doe de ogen maar dicht".

3. Wat is empathisch improviseren door de therapeut in de muziektherapie en wanneer is improviseren empathisch?

Ja, dat is inderdaad net je vraag... dan moet je natuurlijk de definitie van wat is empathisch weten. Wat ik net al zei, volgens mij is dat vanuit het gevoel voor de ander, of compassie, invoelvermogen is het natuurlijk, empathie, dus dat je je inleeft in de ander. Maar je sluit natuurlijk altijd aan bij je cliënt, tenzij dat niet je doelstelling is, tenzij je de ander wilt uitlokken tot iets heel anders of zo. Maar dat kan ik me niet zo voorstellen. Bij mij gaat het ect in een improvisatie dat iemand uit zijn denken komt, en uit zijn hoofd, en meer in zijn gevoel. Dat is dan als de ander improviseert, als de therapeut empathisch improviseert sluit hij dan waarschijnlijk aan bij de cliënt. Is het een bestaande titel/term? *Half... uitleg over het stukje in het boek van Wigram...* Dan verklank je dus de sfeer die de ander, of je verklankt hoe jij vindt dat de ander zich voelt... *Dus puur spiegelen en spelen wat ze voelt (Alvin)*. Nee, ik had het nog nooit gehoord, empathisch improviseren, maar ik vind het ook niet heel raar.

Improviseren wat niet empathisch is: Ik zei net: "Je kan ook thematisch improviseren", maar de vraag is: is dat dan niet empathisch... Maar als je van tevoren zegt van ik ga improviseren op dit schilderij, of een tekst, bijvoorbeeld, dan neem je dat als referentie of onderwerp voor je improvisatie, en niet de cliënt. Ik denk dat het zo iets is, als het onderwerp van je improvisatie niet je cliënt is, denk ik. En als je heel erg improviseert vanuit muzikale parameters, als je echt zegt: ik improviseer nu alleen in es, of nu alleen met bes en es, die twee tonen. Dan is het te beperkt, als je jezelf een beperking oplegt. Dus het heeft wel iets in zich van vrijheid, het klinkt wel alsof je heel vrij moet zijn.

4. Is empathisch improviseren een hanteerbaar begrip voor Muziek therapie en in welke situaties?

Ja, ik denk dat het wel kan. Ik denk dat je er dan ook andere vormen van improvisatie tegenover moet stellen, om dat te kunnen differentiëren, wanneer ben je empathisch aan het improviseren, en wat voor soorten heb je dan nog meer daarbij. Dus misschien inderdaad wat ik zei vanuit de voor-gestructureerde muziek of aan de hand van een thema. Want je impliceert ermee dat er ook andere soorten van improvisatie bestaan. Dus dat is dan denk ik goed om die ook uit te werken of te benoemen. Wanneer is het inderdaad niet-empathisch, of wat heb je nog meer voor soorten improvisatie. Nou ben ik daar niet zo mee bekend, bij ons was improvisatie gewoon improvisatie, dat werd niet onderverdeeld, zeg maar. Ik denk wel dat het een hanteerbaar begrip kan zijn, ja.

5. Wat zijn de kenmerken van empathisch improviserend spelen door de therapeut binnen muziektherapeutische werkvormen? (Observatie / diagnostiek)

Ja, wat ik eigenlijk net al allemaal zei. Vanuit invoelen, vanuit invoelend vermogen, maar dan is het natuurlijk altijd een interpretatie. Wat je net vertelde is inderdaad heel spiegelend, van proberen de ander zijn gevoel te laten weerklinken. En daar zit natuurlijk altijd iets van jezelf doorheen. Maar vanuit gevoel zonder oordeel, en zonder te willen veranderen, misschien ook.

6. Wanneer is werken met empathisch improviserend spelen door de therapeut geïndiceerd? (Indicatie)

Voor mij is het een abstract begrip waar je wel een idee bij hebt, maar wat nog niet zo overdacht is. Dus ik was eigenlijk ook wel nieuwsgierig naar wat vind jij dat het inhoud.

Waarschijnlijk is het sowieso geïndiceerd als de ander weinig mogelijkheden heeft, en dan denk ik natuurlijk erg vanuit mijn eigen werkveld, als de ander niets kan. In het Hospice kan ik het me ook voorstellen, met iemand op bed. Ik denk als iemand last heeft van spanning of onrust of pijn. Of als iemand niet zo verbaal is ingesteld, eigenlijk met heel veel. Als je iemand meer in contact wil brengen met zijn gevoel, of spiegelen, dus weergeven wat jij voelt, maar dan ben ik natuurlijk ook, weer nieuwsgierig of je dat dan daarna gaat benoemen of juist niet.

Contra-indicatie: misschien een delier of een psychose, ik kan me voorstellen dat als iemand psychotisch is, dat je hem er dan nog meer in brengt. Ik vraag me ook af, of dat wel zo is, maar dat zou ik me kunnen voorstellen. En dat werkt natuurlijk ook met een delier, als mensen in de war zijn of door medicatie in de war zijn, of akoestisch of visueel hallucineren, dan kan het alleen maar meer onrust geven.

7. Welke behandeldoelen kunnen via het werken met empathisch improviserend spelen door de therapeut behaald worden? (Doelen)

Dat is eigenlijk een beetje hetzelfde als indicaties. Indicaties zijn natuurlijk wel anders als de doelen.

Ik denk ontspanning, en dan zowel mentaal als fysiek, kan ik me voorstellen. Loslaten, maar ook vasthouden. Rust, ik bedenk nu ook vooral voor het hospice, omdat ik daar veel voor de cliënten speel, meer dan op de Hoogstraat, want daar is het toch samen vaak, dan ga je met de anderen spelen. Vermindering van de pijn. Als ik daarnaar kijk ontspanning, en daardoor minder pijn, omdat pijn vaak spanning is van een gedeelte om de pijn heen.

8. Wat zijn de kenmerken van de interventies bij het empathisch improviserend spelen door de therapeut? (Interventies)

Ik denk alles, want je kan natuurlijk interveniëren op ritme, op dynamiek, op toonsoort, op stijgend, dalend. Ik denk alles. Juist omdat het empathisch is, dus als iemand voor je gevoel iets pittigs nodig heeft, dan speel je dat en als iemand voor je gevoel iets zachts nodig heeft, dan speel je dat, dus ik

denk dat alle interventies kunnen. En ook afhankelijk van het instrument misschien. *Zou een interventie ook kunnen zijn een ander instrument pakken?* Jazeker. In die stilte die er net was, zat ik me af te vragen: zou je steeds op één instrument moeten spelen? Ik denk dat je wel een instrument moet kiezen waar je zelf heel op je gemak mee bent, en waar je technisch ook mee uit de voeten kunt om dat te bewerkstelligen wat je wilt. Dus je moet niet zelf nog, net als wat ik in het begin zei met die Lier, onzeker voelen. Toen was ik zelf nog bezig met van “oe, ik moet wel weten wat ik doe” als therapeut dan. Als cliënt hoeft dat natuurlijk helemaal niet, dat vragen we wel van de cliënten ook, maar die hoeven dan helemaal niets te weten van het instrument, wat ook heel fijn kan zijn. Ik begeleid heel gemakkelijk, en improviseren, omdat ik dat ook niet zo geleerd heb, dat heb ik echt moeten leren op de piano, om dan los te laten. Ik heb een keer, toen ik muziektherapie deed cursussen gedaan op het conservatorium, juist improvisatie lessen voor conservatorium studenten. Nou, dat was doodeng, ze konden dat echt niet. “En welke toonsoort spelen we dan?” Gewoon vrij, gewoon vrije improvisatie van wat er in je opkomt en, nou, dat was voor hen soms echt een brug te ver. En dan ontstaan er dissonanten, en het moet wel mooi zijn, daar hebben ze een idee over. En in improvisatie kan je juist die dissonanten soms even herhalen, herhaal het maar. Dus het is eigenlijk heel onvrij als je zo technisch bent, dat had ik ook wel met de piano. Dus wat dat betreft was het op de lier in die zin wel makkelijker, omdat ik dacht: nou ja, ik doe maar wat op mijn gevoel of zo. Maar dan moet je toch wel een beetje iets weten van je instrument. Dus dat wisselen van instrument kan zeker een interventie zijn. Het zou juist wel leuk zijn, als je merkt dat het ene niet werkt, of dat je denkt nou, dit of diegene heeft iets anders nodig, dan pak je een ander instrument.

9. Wat zijn de behandel-effecten van het werken met empathisch improviserend spelen door de therapeut? (Effecten)

Ja, als je voor iemand speelt, ik merk dat mensen het ook vaak fijn vinden om iets bekends te horen, voor de veiligheid, dat ze een houvast hebben. Dus ik denk dat empathische improvisatie wat minder die houvast, wat minder dat opzoekt, wat meer dat loslaten. Maar dat mensen het ook vaak heel fijn vinden, van: “O, er wordt voor mij gespeeld.” Dat je je even speciaal voelt, dat kan een effect is zijn. Misschien ook wel herkenning, of weer ontspanning, rust. Misschien zoekt een ander juist wel de beweging op...

En als je samen speelt, wat zijn dan de behandel-effecten? Dat iemand in zijn gevoel komt, in plaats van in zijn hoofd blijven hangen. Dus meer gevoel in plaats van denken. En vanuit een veilige situatie jezelf durven laten horen, een stukje van jezelf, eigenheid, een soort van authenticiteit ook, zonder oordeel. Zonder te denken van dit is niet goed. Dus ook vrijheid, minder perfectionistisch, en het perfectionisme loslaten. Maar vooral meer naar je gevoel komen.

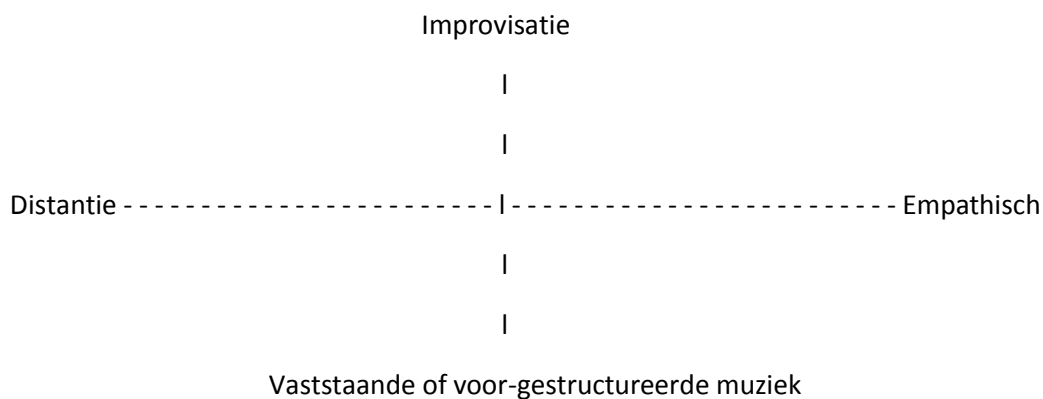
Interview 5

Vragen:

1. Als ik zeg Empathisch improviseren, waar denkt u dan aan?

Ik denk dan aan een heel breed begrip. En bij mij komen dan ook allerlei beelden en situaties die ik dan zowel bij mijn studenten zie, maar die ik ook in mijn praktijk heb gezien. Maar ik denk dat vooral het gevoel van de therapeut heel erg bepalend is. Dus de interpretatie die de therapeut bij de cliënt heeft is dan de rode draad bij de empathische improvisatie.

2. Welke werkwijze gebruikt u meestal binnen de muziektherapeutische aanbiedingen?



Dat is voor mij heel verschillend. Als ik dan kijk op mijn werk, dan hebben we daar een vaste formule die we gebruiken, dus daar komt heel weinig improvisatie bij kijken. Dan ligt het heel erg in de hoek van het vast en empathisch. En als ik met mijn studenten (die aan het einde van hun stagejaar zitten) werk, dan zit het veel meer in de empathisch en improviserende hoek. Ik denk dat je door improvisatie heel veel kan zien bij de cliënt. Improvisatie is toch iets wat automatisch bij mij wel een beetje empathie aan vast zit, wat bij iedere muziektherapeut wel geldt. Maar dat je door improvisatie ook heel veel kan zien wat de cliënt kan en wil en hoe die er bij zit. Dus dan zit ik meer in die bovenste hoek (empathisch en improvisatie). *En wanneer zet je de distantie juist in?* Ik denk wanneer ik wil onderzoeken bij een cliënt hoe hij reageert als je juist het tegenovergestelde van het meegaan en gewoon het dwars er tegenovergestelde gaan doen, hoe gaat de cliënt daarmee om? En valt het de cliënt op? Dat is een heel handig middel. Want je kan wel altijd meegaan met de cliënt, maar je moet ook verder kijken. Ik heb met autisten gewerkt, bijvoorbeeld, daar kan je dat dan heel mooi zien. Je gaat eerst met hem spelen, dus heel empathisch, en daarna het tegenovergestelde, of andersom. En dan kijken of er een verschil in een reactie in zit, hoe ze omgaan met contact maken, samenwerken, dan zou ik dat inzetten.

3. Wat is empathisch improviseren door de therapeut in de muziektherapie en wanneer is improviseren empathisch?

Ik denk dat empathisch improviseren in de muziektherapie is dat je geheel meegaat met wat de cliënt speelt. En je hebt natuurlijk als muziektherapeut, maar ook als muzikant of als je muziek aan

het maken bent altijd een bepaalde voorkeur. Bepaalde schema's waar je vaak in vervalt of bepaalde ritmes of noem maar op. En ik denk dat het dan juist belangrijk is om het los te kunnen laten en echt puur in te spelen op wat de cliënt doet of zegt. Ik zie het ook niet altijd als samenspel, of het in samenspel zijn. Het kan ook puur zijn als de cliënt verhalen aan het vertellen is en dat ik daar gewoon muziek onder ga zetten. En dan ben ik empathisch aan het improviseren. Ik zet muziek onder zijn of haar verhaal en dan ga ik daarna bijvoorbeeld kijken wat merkte je van wat ik heb gedaan? Vond je het prettig, ja of nee, zonder dat daar van tevoren iets over vastgelegd is, van: jij gaat vertellen, ik ga daarbij muziek maken. Daarom zei ik ook in het begin: het is een heel breed begrip. Ik zie daar heel veel verschillende dingen bij.

Wanneer is improviseren empathisch en wanneer niet? Het is sowieso empathisch als je meegaat met het gedrag, het spel, het verhaal van de cliënt. En het is niet meer empathisch als je iets totaal tegenovergestelds speelt. Als je dus juist de tegenstrijdigheid opzoekt. Dus dat je niet meer meegaat met de cliënt maar juist de andere kant op gaat. Als je niet meer meegaat met de cliënt, dat het dan niet meer empathisch is. Ik vind het heel lastig, want je kan ook heel empathisch zijn juist door iets tegenovergesteld te doen. Want dan ben je nog steeds bezig met datgene wat de cliënt aan het doen is. Maar dan gebruik je weer een andere insteek.

Wanneer is improviseren niet empathisch? Ik denk dat dat heel erg moeilijk is om los te laten. Je improviseert altijd, als ik naar mijzelf kijk, als muzikant bijvoorbeeld: je gaat vanuit een eigen gevoel, of vanuit het verhaal van iemand anders, en je gaat altijd wel ergens in mee. Je hebt altijd wel een empathie voor of iemand, of een verhaal, of wat dan ook. Dus ik denk dat dat heel erg lastig is. Maar ik denk dat als iemand bijvoorbeeld tegen je zegt: OK, ik wil dit en dit van jou horen, terwijl jij zoiets hebt van ik weet niet of dat bij deze opdracht past, of bij jou past, of bij de situatie past. Maar dat je dan wel doet wat hij dan zegt, wat niet bij de situatie past of zo. Ik denk dat het dan minder empathisch is. En dan is het ook niet echt meer een improvisatie.

4. Is empathisch improviseren een hanteerbaar begrip voor Muziek therapie en in welke situaties?

Nou, ik denk het niet. En dat zeg ik puur omdat ik denk ik van: empathisch improviseren, ik denk dat ik precies weet wat je bedoelt, maar het is zo'n ontzettend breed begrip. Ik heb daar natuurlijk bepaalde ideeën bij, maar andere muziektherapeuten, het zal allemaal wel in dezelfde hoekje zitten, maar die zullen dan weer net anders zeggen dan wat ik ervan vind. En ik zit me dan af te vragen: zou je dat dan moeten af-kaderen, want het begrip zegt het al. Het is empathisch improviseren. Als ik die woorden dan los zet, improviseren is helemaal vrij zijn in het spel, op wat voor manier dan ook. En empathisch is met iets of iemand meegaan. En iedere cliënt is anders, iedere situatie is anders en iedere improvisatie is weer anders. Dus hoe kan je iets wat twee zulke bruikbare betekenissen van deze woorden, wat zo vrij is hoe kan je dat dan kaderen? Moet dat wel? Dat is bij mij een beetje het dilemma. Maar ik denk wel dat als we iets algemenere beschrijving bij is, waarbij de nadruk wordt gelegd op die improvisatie en de vrijheid die daar in zit, ik denk dat dat dan wel een begrip is wat iets vaker voor zou komen. Want empathisch improviseren, ja, misschien heb ik niet goed opgelet tijdens mijn studie, maar het is niet iets wat ik heel erg vaak voorbij heb horen komen.

5. Wat zijn de kenmerken van empathisch improviserend spelen door de therapeut binnen muziektherapeutische werkvormen? (Observatie / diagnostiek)

Sowieso meegaan in de situatie, het loslaten van alle muzikale kaders, vrij bewegen in parameters. Ik denk dat dat een beetje de handvaten kunnen zijn.

6. Wanneer is werken met empathisch improviserend door de therapeut spelen geïndiceerd? (Indicatie)

Dan wil ik beginnen met contra-indicatie. Ik dank dat er een contra-indicatie is als je merkt aan je cliënt dat ze juist handvaten nodig hebben, als je merkt hoe gekaderd ze moeten zijn, dat ze echt een opdracht moeten krijgen. Als ze dat niet kunnen, of niet uit zichzelf een verhaal kunnen doen, of dat moeilijk kunnen uiten, of dat nou komt door de fysieke beperking of een mentale beperking, dan wordt het denk ik al heel lastig. Maar dan heb ik het vooral over het samen spelen, over het samenspel. Anders kan ik mij heel goed voorstellen als je probeert meer palliatieve werkwijze, waar je ook recidief werkt, dan denk ik juist dat het een hele mooie indicatie is, als je zeg maar de improvisatie uitvoert voor de ander. Maar dan is het vanuit één kant. Dan gaat het dus niet om het samenspel. Contra-indicatie is als het gaat om samenspel, dat iemand handvaten nodig heeft en dat nog niet kan. Nu moet ik toch voorzichtig zijn, ik denk dat je het verder altijd wel kan doen binnen samenspel. Want het hoeft niet iets heel groots te zijn. Het kan ook in hele kleine dingetjes zitten. Dus ik denk dat het, tenzij je voor jezelf denkt van OK, de komende sessie ga ik proberen twintig minuten empathisch te improviseren, en ik ga mij volledig richten op wat de cliënt doet, dan maak je er eigenlijk ook een werk van. Maar het kan ook in hele kleine dingetjes zitten.

7. Welke behandeldoelen kunnen via het werken met empathisch improviserend spelen door de therapeut behaald worden? (Doelen)

Ik denk het vergroten van het zelfvertrouwen en de vrijheid van eigen keuze, het zichzelf laten horen, het vergroten van de vertrouwensband tussen de therapeut en de cliënt. *En als de therapeut speelt voor de cliënt?* Bijna allemaal hetzelfde, maar zichzelf laten horen dat gaat dan eigenlijk niet. Maar ik denk dan misschien dat er eerder bijkomt het versterken van het zelfbeeld.

8. Wat zijn de kenmerken van de interventies bij het empathisch improviserend spelen door de therapeut? (Interventies)

Afstemmen, dat is een belangrijk kenmerk. Zo min mogelijk kaders. In de muziek, ik denk dat er gewoon heel veel vrijheid in moet zitten. Ik denk ook dat je heel goed je doel, wat je ermee wil bereiken in je achterhoofd moet houden. Maar daar dan ook tegelijkertijd mee op moet passen dat je daardoor niet teveel weer gaat kaderen. Dus een soort van visuele cirkel waar je voor moet oppassen, dat je daar niet in terecht komt.

9. Wat zijn de behandel-effecten van het werken met empathisch improviserend spelen door de therapeut? (Effecten)

Ik denk dat dat wel aansluit ook op jou vraag zeven. Een beter zelfbeeld, meer zelfvertrouwen, jezelf laten horen, het durven aangaan van bepaalde relaties, sociale vaardigheden vergroten. Cognitieve vaardigheden vergroten, ja ik denk dat je zo wel de grote lijnen hebt.

Extra: Bij het werken met SG LVG (Sterk Gedragsgestoord Licht Verstandelijk Gehandicapt), viel er een situatie op, waarin twee cliënten onderling empathisch aan het improviseren waren. Daar kan de muziektherapeut ook op aansturen. Dit zou kunnen in een groep of bij het werken met twee personen. Hoe kan de muziektherapeut daarop aansturen? Dat vraagt weer om andere interventies dan wanneer je het zelf uitvoert.

Interview 6

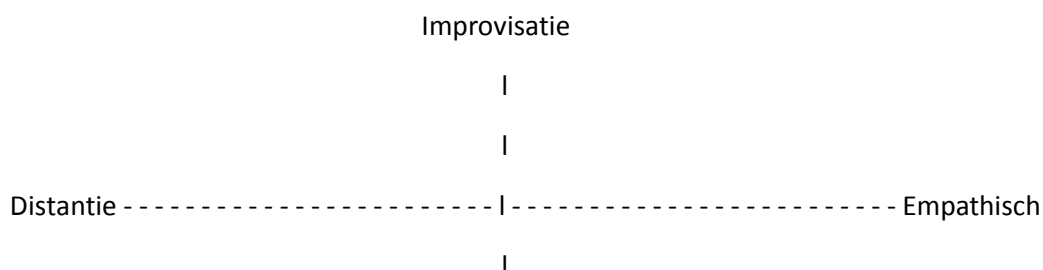
Vragen:

1. Als ik zeg Empathisch improviseren, waar denkt u dan aan?

Ik heb er natuurlijk wel steeds een beetje over nagedacht, maar ik ben ook niet te veel ermee aan de slag gegaan, omdat ik dacht: ik wacht even af wat er op mij afkomt, als jij mij gaat interviewen. Maar ik heb me ook afgevraagd: is dat iets wat ik gebruik? Ik had de term nog nooit gehoord. (*Bestaat dus ook nog niet...*). En ik dacht ook meteen: dat gaat niet alleen over muziek. Het gaat ook over alles wat je doet, hoe je inspeelt, empathisch, op situaties. En dat is ook eigenlijk het moment vóór dat ik met muziek aan de slag ga bij iemand, vanuit empathie kies ik wat ik ga doen. Ik heb nooit een heel erg vastomlijnd plan, omdat bij de doelgroepen waarmee ik werk het zo van het moment af hangt wat mogelijk is. Want ik heb me al vaker de neus gestoten omdat ik dacht: OK, dan ga ik volgende week met die mevrouw op die manier verder. Dan ga ik daar mee aan de slag en gegarandeerd eigenlijk dat dat dan niet kon, omdat ze dan ineens ziek was, of heel erg verdrietig, dan moet ik echt iets anders doen. En dat vind ik ook empathische improvisatie. En als ik kijk naar het improviseren, echt muzikaal improviseren... Ja, wanneer doe ik dat? Ik heb echt weinig mensen met wie ik actief therapie kan doen. Ik heb nu net weer iemand gekregen, dan merk ik dat wanneer ik haar een bourdonlier geef en haar op een bourdonlier laat spelen, dat in plaats van constant te beginnen over haar man die op haar wacht (die er gewoon niet is), ze daar helemaal uit komt. Dat ze uit die gedachtewereld komt. En dat ze helemaal zit te glimmen als het ware met dat kindje in haar armen, dat er zulke mooie klanken uit komen. En dan kan ze ook bijna niet stoppen. Hoe je daar dan mee omgaat vind ik dan ook een soort empathisch improviseren. *En als je voor iemand speelt die zelf niet kan spelen?* Ik heb een heel breed repertoire (zangeres zonder naam, Nederlandse volkszangers, Annie M.G. Schmidt, Franse volksliedjes uit de 18^e eeuw, Engels, Duits, van alles). Het improviseren zit er dan daarin dat je ter plekke probeert in te voelen wat er voor iemand prettig is. Of iemand meer opwekkende muziek nodig heeft of juist meer rustgevende muziek. Improvisaties binnen de voor-gestructureerde muziek. Het is wel zo dat ik tegenwoordig ook wel met klankschalen en een liertje speel, en dat is echt improviseren. En dan is het ook aanvoelen hoe lang zou het mogen duren, wat voor sfeer is hier nodig. Kan iemand de aandacht er bij houden, hoe krijg ik iemand in het luisteren of meedoen eventueel.

2. Welke werkwijze gebruikt u meestal binnen de muziektherapeutische aanbiedingen?

** hierbij zijn de vier woorden in een cirkelvorm met elkaar verbonden, waarbij ik er van uitga dat iedereen wel in al de stukken van deze cirkel werkt.*



Vaststaande of voor-gestructureerde muziek

Als ik kijk naar distantie en empathie, dan vraag ik mij af... Je hebt ook nog een andere term, dat is compassie. Dat is een soort van combinatie tussen distantie en empathie. Dat heb ik me ook af zitten vragen. Met empathie ga je eigenlijk helemaal in de ander op. Dan probeer je helemaal bij de ander binnen te komen, en mee te voelen, terwijl dat juist die afstand goed kan zijn, zonder dat je niet verbonden bent (distantie klinkt dan heel erg klinisch en alsof je je ervan afkeert), maar als je het compassie zou noemen, dan is dat een combinatie tussen empathie en distantie, dat toch bij je zelf blijven, maar wel vanuit inlevingsvermogen. Ik weet niet of dat bij alle doelgroepen is. Misschien is het ook een heen en weer gaande beweging tussen empathie en compassie. Als je meebeweegt, dan kan je iemand ook weer meekrijgen, en compassie heb je juist weer nodig om van een afstand te kunnen kijken: wat gebeurt daar. En ook om niet zelf last te hebben van de dingen van de ander. Ik heb in november een cursus gedaan: 'met compassie aanwezig zijn in de stervensbegeleiding'. En dan gaat het ook over het in ieder geval bij de ander laten, want je kan het ook niet voor een ander oplossen (en dat geldt natuurlijk altijd in het leven), maar vooral als je met veel zieke mensen te maken hebt dan moet je daar erg voor waken. Ik zit ook in een aantal studiegroepen, toen hebben we net afgelopen maandag het gehad over mindfulness, hoe je mindful een gesprek kunt voeren, of kunt luisteren, eigenlijk. Daar ging het alleen maar over luisteren, en om waar te nemen wat er bij jezelf gebeurt als je de situatie en de gebeurtenissen van de ander in ogenschouwen neemt.

(overdracht, tegenoverdracht, wat gebeurt er in jou?) Ja, dat is wat er kan gebeuren en waar je natuurlijk voor op moet passen dat er geen dingen door elkaar gaan lopen. Dat is altijd lastig. Ik heb wel regelmatig gehad dat ik dacht: Waarom speel ik nu zo anders als ik van mijzelf gewent ben, of dan bij de andere cliënt? En dat ik me dan af heb gevraagd of dat iets te maken had met die cliënt. Met de toestand van die cliënt. Want ik heb bij mensen gehad, dat ik het twee of drie keer geprobeerd heb, bij een echtpaar waarvan iedereen zei: die houden zo veel van muziek, daar moet je echt naar toe! En het lukte helemaal niet. Mijn vingers struikelden over mijn snaren, en zij vonden er ook niks aan, en dat was een soort: alsof het bij mij te horen was, wat zijn voelden, maar dat is altijd heel lastig om te kijken wat is nou van mij, werkelijk van mij. En wat is van de ander.

En als het gaat over waar ik vooral zit, ik denk wat ik net heb verteld dat het vooral in de rechter onder hoek en half rechtsboven zit. Ik heb wel een cliënt in het verpleeghuis, met psychiatrische problemen (ouderenspsychiatrie), en dan denk ik: daar zit ik vooral in de distantie. Ik vraag niet aan haar: "Vond u het mooi?" want dan weet ik zeker dat ik een afwijzing krijg. En dat wil ik dan zeker niet opwekken. Dus ik zeg heel neutraal: "Ik kom vandaag wat muziek brengen", want als ik binnen kom dan krijg ik een grom, een afwijzende grom. Dus ik kom muziek brengen. Dan speel ik allerlei liedjes, ik vraag nooit: "Vindt u het mooi, of wat wilt u horen?" want dan krijg je altijd een afwijzende reactie. Het enige wat ik dan doe is mijn ding. En dat probeer ik dan zo mooi mogelijk en zo prettig mogelijk te doen, met vooral een beetje ruimte tussen de verschillende dingen. En dan zie ik aan haar dat ze af en toe kijkt (Ik zit half achter haar, als ik haar dan aankijk kijkt ze weer vlug naar voren), en wat ik dan aan haar zie, is dat ze aan het tafelkleed gaat zitten plukken, of dat ze haar handen zo doet (koesterend tegen het bovenlichaam, richting de hals). En daaraan neem ik dan waar, dat ik haar op een of ander manier geraakt heb. Maar ik kan daar niks met empathie. Ik heb natuurlijk wel een empathische houding, maar ik kan niet met haar in communicatie gaan over dingen om empathie te tonen of te zoeken. En bij haar heb ik echt de distantie nodig. Bij sommige mensen heb je veel meer de empathie nodig, dan kruip je er veel meer in, om ze mee te krijgen, om ze te verleiden om mee te doen. Dat is bij mensen die verdrietig zijn, die depressief zijn, dan probeer ik

wat meer naar binnen te kruipen, zou je zeggen. Om contact te krijgen. En door mijn eigen “charmes” en persoonlijkheid in te zetten (mensen denken altijd dat ik veel jonger ben dan dat ik ben). En vooral die ouderen, ja, die vinden dat leuk. En dan lukt het me toch weer om die vrouw mee te krijgen die eerst helemaal niet meewil (want het is allemaal niks, en ze is moe, hoofdpijn, ellendig), maar als ik haar dan mee heb (aan de arm), na afloop is ze dan helemaal weer stralend. En dan heb je echt dat stukje nodig, dat is ook een soort improvisatie, vind ik altijd. Met distantie zou ik het nooit kunnen redden bij die mensen, dan zou ik ze echt niet mee krijgen.

3. Wat is empathisch improviseren door de therapeut in de muziektherapie en wanneer is improviseren empathisch?

Ik denk dat empathisch improviseren in de muziek inhoudt, dat er klinkt wat er bij de ander speelt. Hoe een ander zich voelt. Maar empathie houdt denk ik niet op bij alleen maar wat er is, maar ook heeft het te maken met wat je iemand gunt, wat je denkt dat iemand nodig heeft, wat iemand zou kunnen helpen. Dan gaat het een stukje verder. Ik kan me voorstellen dat als iemandbedroefd of gedeprimeerd is, en je gaat daarop improviseren, dat je dan die stemming bevestigt. In eerste instantie is bevestiging heel fijn, omdat je je gezien en gehoord voelt, dat je er bent. Je maakt daar contact door. En dan is het fijn als je iemand kan helpen daarvanuit.

Dat kan je bijvoorbeeld met die verschillende kerktoonsoorten doen. Ik heb ooit eens een workshop harptherapie van Christina Tourin gedaan (<http://www.emeraldharp.com/home/> , <http://www.harptherapyinternational.com/> , <http://www.playharp.com/christinas-world/>). Die heeft zo’n heel mooi onderdeel “The Celtic Circle”. Dan speel je volgens drie verschillende modi, en dat doe je altijd met iemand samen. En die ander die gaat bij de cliënt het lichaam langs en die gaat eerst de linker arm masseren, of in ieder geval aanraken (masseren klinkt misschien wat te zwaar). Eerst de hand, dan de arm, strelen, koesteren, aanraken, in ieder geval bevestigen dat je ook je lichaamsgevoel hebt. En vervolgens de voeten, en dan de rechterarm. En dan begin je Dorisch, en dan bij de voeten naar echt mineur waarbij je vanuit Dorisch: dromerig, beetje mineurstemming en dan duik je echt helemaal in mineurgevoel, en dan eindig je in majeur. Zodat iemand weer terug komt op een iets hoger niveau dan waar het begon. En dat is dan denk ik een manier van empathisch improviseren. Wel volgens een vast stramien.

Het iemand een andere stemming laten voelen is ook empathisch improviseren. Je laat eerst klinken wat er is, daarna neem je iemand mee naar een andere stemming.

4. Is empathisch improviseren een hanteerbaar begrip voor Muziek therapie en in welke situaties?

Ik denk het wel. Het begrip empathie is wel iets wat bekend is, en improvisatie ook. Het is eigenlijk iets wat wij bij de opleiding geleerd hebben om met cliënten te doen als actieve therapie. Om bijvoorbeeld op de marimba, wat een heel toegankelijk instrument is, vanuit de vraag of hoe iemand zich voelt te beginnen met een improvisatie en dan te gaan onderzoeken: hoe zou je eigenlijk willen dat het klinkt? En dat is eigenlijk altijd improviserend.

5. Wat zijn de kenmerken van empathisch improviserend spelen door de therapeut binnen muziektherapeutische werkvormen? (Observatie / diagnostiek)

Een heel belangrijk kenmerk is dat je niet speelt vanuit jezelf, maar vanuit de ander, eigenlijk. Alsof jij de handen van de cliënt bent, die laat horen wat er in de ziel van de ander speelt.

Ik heb in de winter een keer een stukje geschreven, eigenlijk is dat in het begin ook een empathische improvisatie. Ik was voor een herdenkingsdienst van hier gevraagd om iets te laten horen op de harp, en toen kwam er steeds een melodietje in mij op, wat steeds weer terug kwam. En toen dacht ik: dat melodietje wil dat ik er wat mee doe, dus toen ben ik dat gaan opschrijven en verder gaan uitwerken. En uiteindelijk is het geen improvisatie meer, maar dat was het in het begin wel. Een nieuw ontstaan stuk. En dat heb ik nu al een aantal keren gespeeld. De eerste keer dat ik het hier speelde in de kerk waren er mensen die wilden weten van wie het stuk was, of het op een CD staat, ze wilden het nog een keer horen... Dat is vanuit een improvisatie, en empathisch want het kwam vanuit mijn gevoel.

Het is belangrijk om steeds even na te vragen: "klinkt dit zoals het bij u van binnen klinkt?" Er was hier laatst een vrouw, die niet meer kon spreken. Er kwam de vraag of ik mantra's met haar zou willen zingen. Ik had boekjes: Come together songs, toevallig net uit de kast gepakt. Toen heb ik me voorbereidt... je probeert empathisch te zijn zonder dat je iemand ooit ontmoet hebt, op een vraag. (Lier: klein genoeg voor een mantra....2 mantra's, Theta Om: genezing van de ziel, andere over compassie gespeeld. Ze kon alleen met grote ogen kijken, geen leesbare reactie, ik voelde er niet erg zeker over). Ik heb improviserend gespeeld: een aantal keren laten klinken, proberen aan te voelen wanneer het genoeg is, tussendoor een keer neuriënd, nog een keertje die tekst zingen. En dan zo zacht en klein mogelijk om niet te belastend te zijn. Toen ik klaar was, en stopte stak ze haar hand naar mij uit en mocht ik haar hand even vasthouden. Dat was toen zo'n opluchting dat ik toch het juiste had kunnen doen. Het was heel improviserend gedaan, wat ik normaal niet zo zou doen. De meeste oudere mensen willen wat bekendere liedjes, kinderliedjes en of psalmen horen. En dan gaat het om de kwaliteit van het spel en van de stem, en van de rust die je brengt, dat vinden, mensen heerlijk.

6. Wanneer is werken met empathisch improviserend door de therapeut spelen geïndiceerd? (Indicatie)

Ik denk dat het eigenlijk in de doelgroepen die ik heb altijd wel zinvol kan zijn. Ik vind het ook heel mooi dat je mij door dit onderzoek ook weer een heel nieuw idee hebt gegeven, om vaker te kijken of ik dit op een of andere manier kan inzetten. Want ik heb wel een beetje de valkuil als ze zeggen doe maar wat, dat ik dan weer de geijkte dingen ga doen, ook omdat ik me eigenlijk laat dringen in de hoek van: dat is muziek, dat verstaan mensen onder muziek. En dat improviseren, empathische improvisatie, ik denk dat dat voor veel mensen misschien ook wel ongemakkelijk voelt. Misschien is dat wel één van de voorwaarden, dat je een beetje een vertrouwensband moet hebben. Want wie ben je, dat je zomaar iemand zijn gevoel bloot mag leggen, ten gehore mag brengen, eigenlijk. En dan moet ik meteen weer aan die mevrouw in het verpleeghuis denken, die psychiatrische bewoner, ik vraag me af of het met haar bijvoorbeeld zou lukken, of het ook zinvol is. Hoewel het wel zo is dat je meestal het beste begint met waar iemand is, en dan meeneemt naar waar je hem graag naar mee zou willen nemen, dat heeft ook te maken met of je het als therapeut ook durft om zulke dingen te

doen. Ja, met alles moet je natuurlijk voorzichtig beginnen (voorbeeld klankschalen). Met kwetsbare doelgroepen moet je voorzichtig zijn. En dan heb je met allerlei klankkwaliteiten te maken, ook met stemmingen, hoe zijn ze gestemd. Andere dingen gebruiken om in het luisteren te komen, om ze iets anders te brengen, een klankwereld, in plaats van de geijkte, bekende muziek.

Contra-indicatie: Bij iemand met auditieve hallucinaties. Ook zou ik het heel spannend vinden om het bij die vrouw met psychiatrische problematiek te doen, want muziektherapie heeft natuurlijk sowieso een contra-indicatie bij psychoses of dat soort dingen, dus dan zou ik het ook nooit zo maar doen. Maar ik denk dat het eigenlijk voor iedereen heel fijn is om gezien te worden. In de muziekgroep zit een jongen die klassiek autisme heeft, die komt ongezien binnen. Hij is heel groot, en als mijn groepje van 6 binnen is, denk ik: ik heb iedereen gezien en gesproken, behalve hem. En dan moet ik er echt even op letten dat ik hem aanspreek, dat hij gezien is. En dan zie ik hem ook altijd weer met een big smile. Hoewel hij altijd een beetje onzichtbaar is, dat stukje van gezien worden... iedereen wil graag gezien worden en dat stukje bevestiging is zo helend. In het verpleeghuis heb ik een groep met 8-10 mensen, dinsdagochtend. En nu ga ik als beginliedje (ik kon niet iets vinden waar ik tevreden mee was) altijd improviseren. Met een A en een E akkoord en dan zing ik bijvoorbeeld: Goedemorgen, en afhankelijk van wat het weer is, dan speel ik daar een beetje op in. En dan ga ik de kring af (zonder de tafel, om dicht bij te kunnen komen), en dan ga ik het hele kringetje langs en dan sta ik voor iemand en dan zing ik goedemorgen Wat fijn dat u er bent, wat goed om u weer te zien, zingt u mee vandaag (iedereen met zijn eigen naam). Sommige mensen worden dan helemaal verlegen, maar ook een soort van trots. Het contact wat er dan even is, als je dan op zo'n manier empathisch improviseert.

7. Welke behandeldoelen kunnen via het werken met empathisch improviserend spelen door de therapeut behaald worden? (Doelen)

Ik denk dat een heel belangrijk doel kan zijn (bij dementie heb je niet zo veel doelen, dan ebt alles weer weg) het in het moment zijn. Het moment is het vooral bij die persoon zelf bewust worden van hoe hij of zij zich voelt en wat er speelt. En dat doe je dan op een andere manier dan via de cognitieve weg, omdat het klinkt in de muziek. Omdat je meteen op de gevoels-laag inspeelt. Laatst kwam er op Facebook een plaatje langs, wat er bij dementie in de hersenen gebeurt. Dat het bovengedeelte van de hersenen, wat we in de antroposofie het ik-bewustzijn zouden kunnen noemen, is uitgeschakeld. Dat heeft geen grip meer op die hele gevoels-laag. En de muziek komt meteen op de gevoels-laag binnen, dan kan je iemand op een ander manier bereiken. En het verzorgen van die muziek en het verklanken van die muziek, om duidelijk te hebben wat er speelt, dat kan je heel mooi met improvisatie doen.

En behandeldoelen, daar heb ik nog helemaal niet mee gewerkt, dat werd ook niet gevraagd. Ik moest meer als een soort veredelde activiteitenbegeleider aan de slag (gevoel van miskennis).

8. Wat zijn de kenmerken van de interventies bij het empathisch improviserend spelen door de therapeut? (Interventies)

Dan heb je het vooral over actieve therapie, denk ik. *Nee, ook als je voor iemand speelt.* De interventie dat je aan iemand waarneemt wat er gebeurt, als je spelend aansluit op hoe iemand zich voelt op dat moment, dan kan er natuurlijk van alles gebeuren. Iemand kan heel verdrietig worden, of iemand kan ontspannen, of lekker in slaap vallen.

Als ik merk als iemand in een opgewektere stemming is, dan ga ik geen slaapliedjes spelen, dan kies ik voor 4/4 maat, majeur, liedjes waar wat over uit te wisselen valt (geschiedenis, verhaal buiten de persoon om).

Tempo aanpassen aan de sfeer van de ander (sneller/langzamer), 4/4 of 3/4 maat, mineur/majeur. Wel of niet gezongen, of alleen harpmuziek in plaats van liedjes met de gitaar, dat stem ik ook af op de persoon en het moment. Bij de ene doe ik de ene keer alleen harp, sommige mensen hebben ook geen behoefte aan andere dingen, of aan gesprek. Laat de muziek er dan gewoon zijn. Bij mensen die ieder keer weer naar het gesprek gaan is er meer de interventie om ze weer in de muziek terug te leiden.

Het is wel grappig dat ik er nooit zo bewust over na denk, want je doet zoals je doet.

9. Wat zijn de behandel-effecten van het werken met empathisch improviserend spelen door de therapeut? (Effecten)

Zoveel dingen...

Ik heb 1 vrouw heel lang gehad, die is nu heel zo achteruit gegaan, zij raakte helemaal verdwaald in de gedachtewereld, en die praatte maar en praatte maar, en wat ik dan deed, was een Grotta op haar schoot leggen, een soort cello met een flinke resonans, en dan gaan haar handen er op. En als ik er dan op ging strijken, dan kon ze die trillingen voelen, en dan kwam ze gewoon echt bij zichzelf. Dan zei ze ineens: "Het is aangekomen". En toen zei ik: "waar is het aangekomen, wat is aangekomen?" "Daar waar het warm is". Die vrouw is zo achteruit gegaan, kijkt je met grote ogen aan. Van de week had ik haar in de groep en ik gaf haar zo'n bourdonlier, en had er met haar hand over gestreken. Hem aan haar laten horen. Ze kan vaak bozige uitingen geven, en ze kijkt me aan en ze legde een hand tegen mijn wang, en ze zegt: "Lief". En toen dacht ik: dat is wat er gebeurt, je komt bij iemand op de gevoels-laag en daar kan je contact maken. Want het voelde op dat moment helemaal niet als dat ze mij lief vond of zo, of dat het intermenselijk een soort contact was, maar op een heel andere laag. Het voelde heel objectief of zo. Ik weet niet hoe ik dat moet zeggen, maar ik denk dat ik haar weer heb bereikt. En we hebben geïmproviseerd. Ja, bij improvisatie stel ik me eigenlijk ook meteen iets ingewikkelds voor. En dit was alleen het er over strijken.

Ook een behandel-effect is: Mensen bij zichzelf laten komen door het spelen. En tot rust brengen. Tot rust brengen is echt iets wat vaak gebeurt. Stemming verbeteren. Uit de gedachtewereld komen, zoals die mevrouw met haar man, gewoon een beetje op die bourdonlier strijken, en als zij er op strijkt, het lukt dan niet om het in uitwisseling te doen, wat je wel graag wil, om de beurt. Zij is helemaal hier ineens (op de lier gericht als op een baby) met dat ding, dat is op zich al een bereikt doel. Maar zelf wil je er dan natuurlijk bij gaan zingen, of met zijn tweeën. Nou, dat is echt veel te ver van haar bed. Je zou misschien wat kunnen neuriën? Ja, dat doe ik dan, neuriën, gewoon iets eenvoudigs, om het iets meer harmonie en stroming te geven. En te bevestigen natuurlijk, dat wat zij doet. Dat dat iets te weeg brengt, dat dat iets moois is.

Interview 7

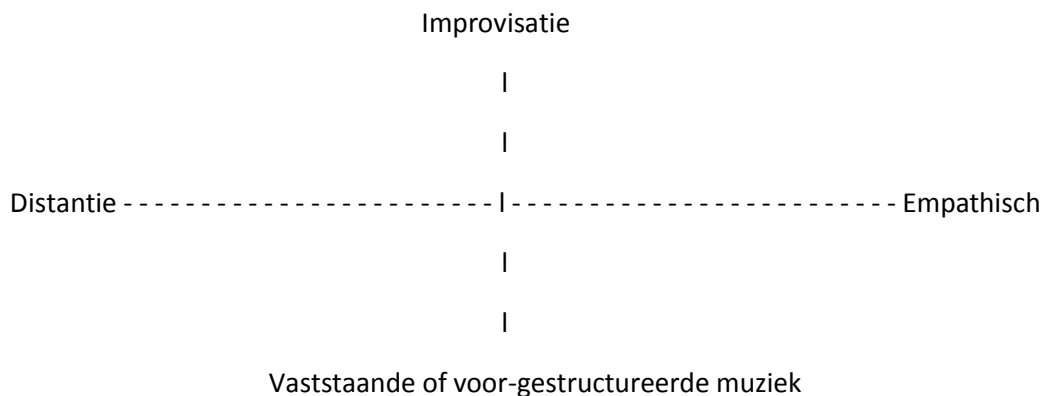
Vragen:

1. Als ik zeg Empathisch improviseren, waar denkt u dan aan?

Dan denk ik aan ruimte, in het nu zijn, invoelend, actie en interactie. Ik denk dat dat de eerste woorden zijn die zo in mij op komen.

2. Welke werkwijze gebruikt u meestal binnen de muziektherapeutische aanbiedingen?

** hierbij zijn de vier woorden in een cirkelvorm met elkaar verbonden, waarbij ik er van uitga dat iedereen wel in al de stukken van deze cirkel werkt.*



Waar ik zit... persoonlijk zit ik het liefste in deze hoek, empathie en improvisatie. Maar het ligt aan de cliënt of ik die kant op ga, dus dan kan ik ook heel erg bij de bestaande of voor-gestructureerde muziek zitten. En natuurlijk ook bij distantie, als dat nodig is om veiligheid te kunnen geven, dan zet je dat in. Maar persoonlijk merk ik dat ik hier mijn fouten mak, dat ik te veel in de empathie en de improvisatie zit, omdat dat het dichtst bij mij zit, en dat ik dan denk: Oei, dit wordt onveilig. Daar schiet ik dan soms in. Natuurlijk ben je in het ene beter dan in het andere, maar het is wel prettig als jij degene bent die het hele palet wel een beetje aan kan raken. Anders kan je het ook niet echt goed aanbieden. Maar je kan ook samen op avontuur gaan. Dat is zeker een kwaliteit. Dus daarin kan je wel van een zwakte een kwaliteit maken.

3. Wat is empathisch improviseren door de therapeut in de muziektherapie en wanneer is improviseren empathisch?

Ik vind het wel een lastige vraag. In eerste instantie zou ik zeggen: maar het is toch altijd empathisch? Dat zou je wel willen, maar dat is natuurlijk niet altijd zo. Ik ben maar gewoon een beetje aan het brainstormen...

Als het niet empathisch is, dan denk ik dat ik er snel van af stap. En op zoek ga naar iets nieuws. Naar een andere werkvorm. Want empathie hoort bij mij wel bij improviseren. En als ik het kind niet kan ontmoeten in die improvisatie, dan denk ik dat het op dat moment niet de vorm is die passend is. Want het in contact zijn met elkaar, dat zit zo dicht op empathie. En interactie en plezier en je veilig voelen, ja ik heb natuurlijk een doelgroep waarvan je dat wel kan vragen. En als dat niet zo is, want ik krijg ook wel kinderen met autistiforme stoornis, dan kies ik een andere vorm. Of dan probeer ik het soms wel, en soms is het daar muzikaal juist wel. Maar dan zit je juist op de empathie, en empathie is breed. Maar als ik contact maak, dan is er empathie. En empathie kan in de agressiviteit zijn, en in de dissonantie en in de frustratie. Maar ook in het kleine of juist in de stilte. En in de kwetsbaarheid. Het kan in alles zitten. Dus ja, voor mij persoonlijk, als ik werk, zijn die twee woorden één.

Wanneer is improvisatie niet empathisch? Nou, die vraag wil ik juist stellen aan jou, want ik vind het heel lastig: wanneer is het er niet. Als er geen empathie is, maar ja, wat is empathie...

Zonder empathie, in je ego misschien. Dat is wel een leuke discussie. Als het zo is bij improviseren in een band, dat iedereen de ruimte krijgt, dat is een kwestie van gunnen, zo van dit is jouw ruimte, dan is dat empathie. Dan vind ik het een hele mooie ruimte van empathie, dat je even ontzettend je ego neer mag zetten. Maar als het is wie je bent, dan heeft het ook met empathie te maken. Want dan is misschien de kwaliteit wat hij geeft zo prachtig en mooi dat de anderen ook empathie voor hem hebben. Misschien dat ze dan niet in de muzikale interactie zitten, maar er is wel empathie voor die man, anders dan staat hij niet daar op dat podium, dan heeft hij iets te bieden. *Die vind ik erg leuk... dan loopt de empathie andersom van wat ik eigenlijk bedoel.* Ja, hij heeft ze dan wel nodig, maar het kan zijn dat hij die empathie dan niet heeft. Dat doet me ergens aan denken. Ik heb een keertje bij een klein Jazz-concertje gezeten, bij North Sea Jazz, en toen kwam er zo'n kerel uit Amerika overgevlogen. Nou dat was zo'n echte ego. Die kwam daar, helemaal alleen, want het is te duur om de hele band over te laten komen. Dus er zat dan een Nederlandse band achter. Die man zat echt ego te zijn, die zat echt te spelen: jullie komen voor mij. Maar die band daar achter, die had een afspraak gemaakt. Die hadden vaste schema's die ze herhaalden, maar ze gingen linksom als hij rechtsom dacht te gaan. Dus hij vloog er elke keer uit. Nou, ik heb nog nooit zo erg genoten als van die voorstelling. Het ging ook maar door. Hij krabbelde steeds maar weer overeind, en dan ging hij weer in zijn ego. En als hij dan weer heel groot was, dan gingen ze weer net de andere kant op. Dat is denk ik wel wat je bedoelt met als het niet empathisch is.

Ik begrijp wel wat je bedoelt. En ik weet ook wel dat als je naar het conservatorium gaat, dat je dan niet echt empathie leert (nou zeg ik ook wel iets heftigs), maar daar gaat het om dat je de beste bent. Dan show je wat je kan en dan zit je techniekjes uit te voeren. Ja, ik geloof dat er ook wel muziektherapeuten kunnen zijn die meer op dat vlak zitten. En dat vind ik pijnlijk. Maar ik vind muziektherapeuten nog wel altijd de leukste mensen in de muziekwereld. De rest begrijp ik meestal niet zo goed. Maar de muziektherapeuten over het algemeen, dat is één slag volk, en ook anders dan muziekdocenten bijvoorbeeld. Mensen van het conservatorium hebben wel een enorme basis. Ik ben jaloers op wat ze allemaal kunnen. Maar de empathie...

4. Is empathisch improviseren een hanteerbaar begrip voor Muziek therapie en in welke situaties?

Hanteerbaar. Wat is hanteerbaar, wat bedoel je daarmee.

Zou je de term of het begrip kunnen gebruiken, zou je het op bepaalde plekken kunnen gebruiken?

Ja, ja natuurlijk!

5. Wat zijn de kenmerken van empathisch improviserend spelen door de therapeut binnen muziektherapeutische werkvormen? (Observatie / diagnostiek)

Veel kijken, observeren. Ik kijk vaak via de spiegeling van de piano (zwarte glimmende lak die spiegeld). Dan kijk ik de cliënt niet aan, maar zie je het wel via de spiegeling. En als iemand op de drum speelt, kijk je hem natuurlijk wel aan.

Ik kies een instrument wat bij mij past, omdat ik me daar vrij en goed in voel. Ja, dat is heel persoonlijk dus, dat is bij mij vaak de piano. Daar zit ik vaak achter om te improviseren. De gitaar pak ik daar bijna nooit voor. Ik pak hem wel, maar niet speciaal voor improvisatie, of heel erg weinig. En als ik het doe, dan is het heel subtiel en klein, maar dan voel ik me daar ook goed in.

Ik pak de eenvoud in de muziek. Soms leg ik een kleur neer en soms wacht ik tot de ander een kleur neerlegt, dat ligt eigenlijk aan de cliënt.

Als het niet wil stromen, dan ga ik zelf improviseren. Dan pak ik mijn ruimte en dan improviseer ik. Dan kijk ik wat de revalidant doet, of die zich uitgenodigd voelt om mee te spelen of dat hij zich prettig voelt, dat hij alleen maar luistert. Dat is dan ook gewoon OK. Dan ga ik uitdagen, als ik het gevoel heb dat dit het moment is, en dan ga ik als we dan samen aan de piano zitten, aan de kant van de cliënt spelen. Eén toon. En dan pak ik de hand van de cliënt, of dan laat ik non-verbaal met mijn hand zien: sla maar aan. Ik gebruik zo min mogelijk mijn stem. Of ik laat in de lucht zien wat ik van diegene wil. Een beweging, of één toon, of ik doe het letterlijk, en ik doe daarna een beweging in de lucht om diegene uit te nodigen om mee te spelen (dus heel lichamelijk). Soms zeg ik ook gewoon: ga maar gewoon spelen. Soms laat ik de cliënt ook gewoon beginnen en ik merk dat ik nu vooral spreek over NAH (Niet Aangeboren Hersenletsel) hoe ik het nu toepas. Als ik spreek over chronische vermoeidheid en chronische pijn meiden, dan vraag ik eigenlijk aan de cliënten verbaal: laat maar een toon horen. Speel maar met één vinger, en speel maar alleen op de witte toetsen. Dan kan je geen fouten maken. En als jij dat doet, vul ik het aan. Dat is hoe ik met chronische pijn en vermoeidheid werk. En dan stapje voor stapje werk je het verder uit. Dat zijn wel de twee doelgroepen waar ik het meest mee werk.

En ik ga ook wel helemaal los, als je dan een cliënt hebt die even met een hand zo beng op de toetsen van de piano slaat, dan leg ik er twee neer. En dan ga ik ook helemaal, dan gaat het dak er af. Dat vind ik ook wel lachen, uitvergroten wat ze dan doen. De lol en de gekkigheid, maar ook daaronder de frustratie die er natuurlijk zit uitbouwen. En dan weer juist de stilte en kwetsbaarheid, dus de tegenstelden tegenover elkaar zetten. Dat vind ik zelf ook altijd wel heel mooi.

En ik heb nou een autistiform jongetje, die zit dan achter het drumstel, en ik zit achter de piano, dat doe ik ook wel vaak. En dan doen we: wie is de baas. En dat heeft eigenlijk te maken met het leren van ruimte innemen en ruimte geven, en dan de stokken in de lucht, dus ook zelf aangeven: als de stokken tikken in de lucht, dan is de ander de baas. Dus als jij dat aangeeft met tik-tik-tik, dan ben ik de baas. En dan als ik weer klap in mijn hand, dan is hij weer de baas. En zo de interactie leren van ruimte innemen en ruimte geven. Dus ook wel rollenspellen.

6. Wanneer is werken met empathisch improviserend door de therapeut spelen geïndiceerd? (Indicatie)

Per doelgroep maar...

Bij chronische pijn en vermoeidheid is het geïndiceerd voor mij persoonlijk (dat is al een heel verschil, wat ik vind en de dokter), maar wat ik vind is als er controlebehoefte is, faalangst, perfectie, alleen maar in het denken zitten, dus eigenlijk geen contact met het lijf hebben. Bij spanning in het keelgebied, ik zing ook heel veel, vooral met deze doelgroep. En ook met improviseren ben ik dan bezig, met zang. Dan zijn het wel bij de pubers vaste teksten. Zij zoeken zelf een popnummer, dus dat is de controle die ze hebben, ze voelen zich goed bij dit nummer. Dan pak ik een deel en mogen zij een deel uitzoeken waar we wat mee gaan doen, dus dat is een bepaald couplet, een bepaalde zin of een bepaald refrein. En dan mogen ze ook een stukje daaruit kiezen, dus het wordt steeds kleiner. En dan mogen ze alleen dat stukje herhalen, in het vaste schema van het refrein, of van het couplet. En dat kan je dan uitbouwen, of door elkaar heen zingen, je kan alle kanten er mee op. Of dat ik ze het nummer laat zingen en dan zeg ik: "bij dat refrein ga ik er doorheen improviseren. En dan moet jij bij jezelf blijven." Want als die meiden niet in hun lijf zitten, dan zijn ze weg. Is dat wel empathisch improviseren? Dat is iets anders... dan is het een oefening om bij jezelf blijven. Dan is dat een andere vorm dan waar we het nu over hebben. Dus dat zet ik ook wel veel in, of andersom. Dat ik de stem zing, en dat zij improviseren op mijn stem.

Indicatie bij NAH: Dat is de discussie met de dokter. Hij is het absoluut niet eens met wat ik nu ga zeggen, maar dat is gelijkwaardigheid. Als een kind een heel erg laag niveau heeft, van een driejarige, vind ik dat ik op gelijkwaardig niveau met hem muziek kan maken. En als de dokter in de cognitie denkt, heeft hij gelijk dat er geen gelijkwaardigheid is, maar de essentie mist hij. En dat vind ik juist hele mooie improvisatie. En als je ook empathie hebt, dat zijn echt de waardevolle momenten. Ja, alles is natuurlijk waardevol en mooi, maar dat zijn echt kippenvel momenten. Want een kind zie je gewoon groeien, ook weer gewoon 14 zijn, ook al hebben ze een cognitief niveau van 3 jaar. En wat doet ze dat goed. De persoon kan het niet vertellen, maar die weet het wel. Je lijf en je empathisch ik is wel 14. Het zit ergens, je bent gewoon 14, dat is heel mooi. Dus dat vind ik bij NAH en met improvisatie heel belangrijk. Wat ik ook belangrijk vindt: verbaal is het moeilijk te uiten, daardoor kan frustratie, maar ook blijheid, het hele scala van alles wat er langs kan komen, kan even de ruimte krijgen. In de extremiteit die de NAH-er in zich heeft, en dat mag er ook gewoon zijn. Die worden natuurlijk vaak geremd, omdat hun gedrag natuurlijk buitensporig is. Nu mag het er even zijn, de ontlading mag er zijn. Dat vind ik echt een indicatie voor empathische improvisatie.

Bij een ander level en bij een wat hoger niveau is het ook verwerking. Maar nu weet ik niet zeker of dat zo is. Want dan heb ik het meer over het schrijven van teksten, en minder over improvisatie. Ik vind wel dat de NAH-er die wel aanspreekbaar is erg kritisch is. En daardoor ook heel perfectionistisch en niks is goed genoeg, en het moet allemaal snel en perfect. Waardoor ik improvisatie dan ook wel een contra-indicatie is. Omdat het nooit goed genoeg is. Maar dat geldt natuurlijk niet voor elke NAH-er, maar ik vind het wel iets wat ik niet zo maar bij elke NAH-er wil gaan doen. Je moet gewoon ook duidelijk, strak en helder zijn. Wat ook een contra-indicatie is: heb je eerder muziek gespeeld. En het instrument wat jij kent, wat je graag weer wilt oppakken, en wat heel vaak ook heel rigide is, dat vind ik eigenlijk een contra-indicatie. Want het is super confronterend en frustrerend. Ik vind het sowieso heel erg moeilijk als een kind creatief is, en hersenletsel krijgt, om dan met muziek bezig te zijn. Omdat ze dus altijd vergelijken met hoe ze waren en hoe het nu is, en

het is nooit goed genoeg. Die laag zit er altijd overheen. En dat vind ik wel heel lastig, of dat echt een contra-indicatie is? Ik zie altijd wel een indicatie, dat is een grote valkuil.

Contra-indicatie bij chronische pijn: ik vind het lastig als ze op hoog niveau muziek maken. Dat kan een contra-indicatie zijn. Dan staat het dat therapeutische echt wel in de weg. Want het doel is zo anders. Je hebt er meiden en jongens bij die dat wel kunnen, en er zijn er bij die daar helemaal niet bij kunnen. En dan heb je zoveel tijd en investering nodig om al überhaupt achter een piano 1 toon aan te raken, dat vind ik echt een contra-indicatie. Dat ga je gewoon niet redden. Kies dan beeldend, of drama, ga lekker op een ander vlak zitten.

Verder: als de prikkelverwerking erg gevoelig is. Ik heb iemand die erg gevoelig is met epilepsie, en als ik kuch terwijl zij het niet ziet, kan ze al een epileptische aanval krijgen, terwijl ze helemaal los gaat op het drumstel. Maar dan heeft ze zelf de tools in handen. Dus dat is allemaal waar je alert op moet zijn. Als iemand prikkelgevoelig is, moeten we even kijken hoe we dat gaan doen.

7. Welke behandeldoelen kunnen via het werken met empathisch improviserend spelen door de therapeut behaald worden? (Doelen)

Chronische pijn en vermoeidheid: het lijf en het denken verbinden met elkaar, dat het voelen en het denken samen gaat werken of in contact staat met elkaar. Energie bij je houden en toch in contact staan met je omgeving. In contact staan met jezelf, en tegelijkertijd in contact staan met je omgeving. En loslaten, leren loslaten (is een middel), wat is dan het behandeldoel? Het laten stromen (heeft ook weer met het denken te maken, perfectionisme) meer loslaten en fouten durven maken. En daardoor het zelfvertrouwen en eigenwaarde vergroten. De basis waar dat misgaat, is toch wel de perfectie. Ze komen hier vaak voor ontspanning, maar ik denk dat het hieruit voortvloeit, als je aan deze doelen werkt. Ik ben ook heel veel met adem bezig, heel veel met zingen, zuurstof in het lijf, lage ademhaling, waardoor ze ook weer steviger komen te staan op twee benen.

NAH: ontladen, ontspanning, maar ook plezier (lachen, genieten, niet oefenen maar gewoon doen, ook al zijn ze ondertussen wel aan het oefenen). Want ik pak ook wel in de improvisatie tweehandig werken mee. Dat is ook een doel, maar een subdoel, maar zeker wel een lichamelijke uitdaging. Interactie, imitatie, cognitieve functies trainen, dat doe ik ook met improvisatie, omdat het zo'n vrije vorm is. Dat heeft niet met empathie te maken, maar gewoon met improvisatie. En het moment van gelijkwaardigheid, dat je het gevoel hebt van eigenwaarde. Je eigenwaarde is er weer, je bent wie je bent. Dat krijgt weer de ruimte.

8. Wat zijn de kenmerken van de interventies bij het empathisch improviserend spelen door de therapeut? (Interventies)

Chronische pijn: ik doe behoorlijk veel interventies. Het aangeven van: kies een muziekstuk uit, is dat ook al een interventie? Dat is het constant veilig en overzichtelijk houden, waardoor er ruimte en een veilige basis kan ontstaan voor improvisatie. Het moet bijna helemaal dichtgetimmerd worden. Het klinkt bijna een beetje tegenstrijdig, maar wat je dicht kan timmeren, moet je dichttimmeren. En dan is het nog steeds heel spannend. En dan geef ik een stevige piano partij die bekend is, op het refrein van het popnummer wat zij hebben uitgekozen, die leg ik stevig neer. En ik zing stevig, en op het

moment dat ze in ga vallen, blijf ik stevig spelen, maar dan wordt ik zachter met mijn stem, zodat er ruimte ontstaat voor de ander. Dus in eerste instantie is er power en dan geef ik ruimte. De interventie is dan dat ik het eerst doe en dat ik het eerst voordoet, dat ik ze dan het zelfde laat doen, dat ik ze techniekjes leer. Van: je kan een bepaalde zin herhalen, ga dat eens doen, of je kan een woord herhalen of juist heel lang aanhouden. Dat zijn interventies op technisch vlak. Ga dat maar eerst doen, dat is al heel spannend. En dan het andere uiteinde laten horen, van hoe het ook kan, dat ik heel erg improviseer. Dat ze dit zien, en dat zien en zien dat er verschillende stapjes zijn. Van: daar kan je dus heen, zo ziet het palet er dus uit. Dat geeft ook wel weer informatie voor ze. Dat zijn de interventies die ik met zang doe bij chronische pijn en vermoeidheid.

Interventies bij NAH: er mag alleen op de witte toetsen gespeeld worden, dat zeg ik van tevoren. Of alleen op de zwarte, maar meestal alleen op de witte. Ik zet ze achter de piano, ik zorg dat de rolstoel op de rem staat. Dat de ruimte vrij is, dat er geen prikkels zijn, dat de focus alleen op de piano is. En de interventie die ik dan doe, is dat ik een bepaalde klankkleur neerleg, of dat ik een bepaalde beweging neerleg. Dat ik eigenlijk de ruimte vul met muziek. Dat is wel vaak wat ik doe. Omdat in de leegte improviseren en afwachten tot de cliënt wat doet, dat is toch altijd wel ingewikkeld. "gebruik maar 1 vinger, gebruik maar 2 vingers". Maar muzikaal ook wel, ik ben behoorlijk dominant aanwezig, vind ik wel. Maar daardoor kan ik wel lezen, of diegene dat OK vindt of niet. En dan kan ik ook wel weer daarop een interventie doen, omdat ik dan observeer van: dit is wel of niet aangenaam. Of dat iemand er totaal niet met de gedachten bij is, of dat ik hem met de aandacht te pakken heb. En daar maak je dan weer een nieuwe interventie op.

9. Wat zijn de behandel effecten van het werken met empathisch improviserend spelen door de therapeut? (Effecten)

Bij NAH: Het effect kan zijn dat een kind heel erg bij zichzelf komt, een kind dat heel erg naar buiten gericht is, ineens helemaal in de rust zit bij zichzelf. Het effect kan zijn dat een kind vol energie is, dat hij de ontlading in is gegaan en helemaal los is gegaan. Dat iemand voelt van poeh, ik kan er weer tegen aan. Het effect kan ook zijn dat er stokken door de ruimte vliegen of dat je een stok naar je hoofd krijgt. Dat is het verkeerde effect. Dat is weer meer op de mytylschool. Dan weet ik dat dat niet helemaal de goede richting was, dat kan ook een effect zijn. Dat het samen-gevoel heel sterk is, hoe moet je dat zeggen, een geluksgevoel wat je samen deelt. Dat je heel gelukkig bent met zijn tweeën, dat je dat samen hebt gecreëerd. Dat is natuurlijk fantastisch. Een kippenvelmoment samen, dat kan ook een effect zijn, in de stilte, dat kan ook heel breekbaar en kwetsbaar zijn. Zonder iets te noemen het verdriet samen voelen, dat heeft ook weer te maken met delen, dat is ook een bepaald geluksgevoel, maar dan weer op een heel ander level.

Dat geldt voor NAH, maar ook voor chronische vermoeidheid, die ontlading. Wat ik dan weer mooi vind ook bij chronische vermoeidheid, die zitten zo in hun denken, die komen zo moeilijk in hun lijf. En als er dan eindelijk dat komt, dat is een genot. Ik had laatst een jongen van 17. Die kwam opeens zo in zijn lijf door het zingen, dan kan je bijna wel samen janken. Dan voel je zo van: Dit ben jij, je bent jezelf al zo veel jaren kwijt, dit ben jij weer even. *Dit* is wie jij bent, dat andere niet. Dat je aan hem ziet dat hij weet dat het zo is, maar hij kan het nog niet benoemen, want het is een vreemd gevoel. Maar ergens diep van binnen weet hij:

dit is mijn kracht, mijn passie, dit is ook wie ik ben. En dat is natuurlijk te gek. De wereld hoort natuurlijk alleen maar hoe ziek jij bent. En nu laat je horen hoe gezond je bent, hoe krachtig je bent, het positieve. Het positieve, dat komt zo sterk naar buiten, dat vult zo de ruimte, dat is prachtig, dat kan ook het effect zijn. Het effect kan ook zijn dat iemand in zijn lijf komt, dat je het ziet. Dat je ziet dat er een kleur op het gezicht is, dat je het fysiek ziet, dat er jassen uit gaan, truien uit gaan. Dat je een zware energie binnenkrijgt bij aankomst en dat je weer een lichte energie de deur uit laat gaan. Dat is dan bij chronische pijn. Het is heel breed, maar het geldt ook bij NAH maar bij chronische pijn is dat het effect wel meer, geloof ik.

Interview 8

Vragen:

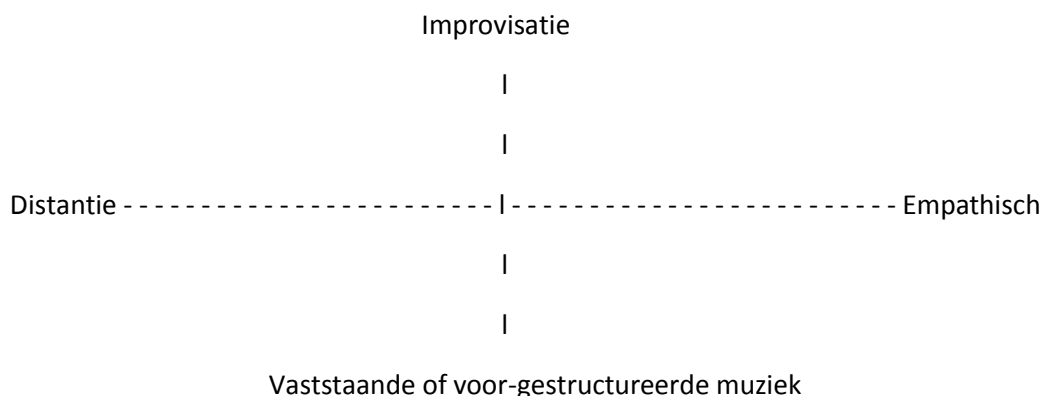
1. Als ik zeg Empathisch improviseren, waar denkt u dan aan?

Invoelend, invoelend samen muziek maken, zonder al te vaste structuur. Bij improvisatie heb je over het algemeen wel structuur nodig. Hele vrije improvisatie is volgens mij per definitie empathisch. Improvisatie is het contact tussen therapeut en cliënt door samen te spelen of te zingen. En dan moet je je altijd wel inleven invoelen, reageren op wat er is in het moment bij de cliënt. Dat lijkt me ook wel empathisch. Je kan improviserend ook wel afstand nemen, of confronteren.

Ik heb wel vaak dat ik doe wat ik denk dat mensen nodig hebben als ze binnen komen. Dat is denk ik ook wel empathisch zonder er over te praten. Improviseren over een term die ze noemen, of een kledingstuk, of iets anders gek en dat steeds laten terugkomen. Ook de humor opzoeken vind ik belangrijk, en daar heb je empathie bij nodig, anders stoot het alleen maar af.

2. Welke werkwijze gebruikt u meestal binnen de muziektherapeutische aanbiedingen?

** hierbij zijn de vier woorden in een cirkelvorm met elkaar verbonden, waarbij ik er van uitga dat iedereen wel in al de stukken van deze cirkel werkt.*



Ik vind het mooi om die assen zo tegen elkaar af te zetten. Ik zei zelf ook al: je kunt wel afstand nemen in een improvisatie. Het lastige is wel dat bij de as van improviserend – voor-gestructureerd goed is om te weten wat je onder improvisatie verstaat. Je kunt namelijk ook heel voor-gestructureerd improviseren. De improvisatie-as, voor-gestructureerd improviseren, of je kunt met songs werken, iets wat heel erg bestaand is. Dat doe ik ook wel veel omdat mensen behoefte hebben aan structuur en een zekere mate van voorspelbaarheid. Muziek heeft daar ook behoefte aan. Muziek is heel veel herhaling, wat ook de kracht is. Steeds terugkomen en verder ontwikkelen. Een lied heeft niet voor niets steeds refreinen die terug komen, de behoefte aan een herkenbaar iets. En bij improvisatie is dat er natuurlijk ook, je gaat dingen herhalen, en weer iets veranderen. Je komt

samen in een ritme, wat ook al structuur is. Maar het is wat lossier, het kan heel snel tot iets anders leiden. Ik zit vooral aan de empathische kant, want ik heb niks met distantie (dat lost niks op). De kunst is juist om steeds empathie op te zoeken, ook al roepen mensen dat niet op. Therapie is dichtbij komen. Ik vind het lastiger om weer afstand te nemen. Daarvoor zijn weer allerlei rituelen nodig, ook als therapeut. Als mensen voor het laatst zijn een lied maken, of zingen met elkaar voor diegene, en diegene doet dan weer iets terug. Je krijgt dan een soort cadeau-uitwisseling als dank: zo van OK, nu is het goed, nu kan je gaan. En soms gebeurt dat niet, dan zijn mensen opeens verdwenen. Muziektherapie komt niet aan, maar dan is het nog steeds de kunst om aan te sluiten. Het kan ook belangrijk voor iemand zijn om afstand te kunnen nemen in een therapie en zich juist niet zo te hechten aan een therapeut en blij te zijn dat de therapie weer is afgelopen.

In ieder geval vind ik het heel leuk om te improviseren. Het spontane zit daar in en de humor zit er ook vaak in. Het voor-gestructureerde is meer een hulpmiddel of uitgangspunt om bij de improvisatie te komen. Als ik een lied doe, dan doe ik uit respect voor het lied hem wel helemaal, maar als het even kan voeg ik er daarna nog een couplet aan toe. Om er weer mee verder te gaan, iets aan te vullen.

3. Wat is empathisch improviseren door de therapeut in de muziektherapie en wanneer is improviseren empathisch?

Ik denk dat het meer gaat om de relatie die je hebt met de cliënt. Als je de relatie opbouwt, dat je probeert te begrijpen wat iemand doormaakt. En dat begint met vragen stellen en geïnteresseerd zijn en reageren daarop. Ik zie dit meer in de relatie, en in wat iemand nodig heeft. Dat kan zijn dat je niet improviseert. Als iemand heel angstig is en veel structuur nodig heeft, kan je beter bekende liedjes doen. Daar loop ik dan een beetje uit je spoor. Maar de empathie zit dan niet in het feit dat je gaat improviseren, maar in de hele therapiesituatie. Ik improviseer vaak al verbaal met de cliënt in de vorm van het onderuithalen van de gedachtegang van de cliënt: "ik zit met een probleem en jij moet me er uit halen". Dit doe ik door ermee te gaan spelen, hoe zou je er anders tegen aan kunnen kijken. Voorbeeld van een jongen die 's morgens zijn bed niet uit kan komen en pas om drie uur aanwezig kan zijn: "Je kan beter in New York gaan wonen, daar is het nu negen uur". Daar worden mensen heel blij van. Dus dat je niet zegt: je moet eerder je bed uitkomen, maar dat je met een andere oplossing van de tweede orde, vol humor komt. En ook het spelen van: ik heb nog iets veel ergers dan wat de cliënt heeft. Nou dat wat jij hebt valt nog wel mee. Ik kan helemaal niets onthouden, wat heb je net gezegd? Je gaat dan spelen met wat is nou eigenlijk het probleem. Mensen komen met iets, maar er zit vaak een heel ander probleem onder en daar probeer ik dan via humor bij te komen. En dat zijn dan de minder leuke dingen, waar je dan empathisch op kan reageren: Welk lied hoort er dan bij dat verdriet? En dan is er ook geen reden meer tot humor, dan ben je bij trauma's en heel veel dingen die je niet kunt veranderen.

Dan zit je bij acceptatie, dat het zo is. En wat kan muziek dan doen om je te helpen en het wat minder zwaar voor je te maken. Dan gaat het palliatief en pijnverzachend werken. En dan kom je ook vaak bij improvisatie uit: "wat zouden we nou voor je moeder kunnen zingen die er niet meer is". Wat zou jou nou helpen, wat voor sfeer. Dan gaan we vaak spelen en dan komt het wel goed.

Dus voor mij zit het vooral in de relatie.

4. Is empathisch improviseren een hanteerbaar begrip voor Muziek therapie en in welke situaties?

Ja. Lekker kort. Ik vind het goed, ik zeg wel dat ik het breder zie, maar het is wel een passend begrip. En je zou dan ook kunnen zeggen: wat is dan niet empathisch improviseren. Dat moet je er dan tegenover zetten. Ik denk nu over die Tv-serie, mensen met Gilles de la Tourette, die waren een band begonnen. Er waren mensen bij betrokken die hen verder konden helpen in de muziek, en dat ging totaal niet empathisch. Vooral de zangcoach deed alles in muziektherapeutisch opzicht alles verkeerd. De spanning werd opgebouwd, zodat mensen nog meer tics kregen. Die snapte echt helemaal niks van zo'n tic, dat het gewoon met spanning te maken heeft. Dus dat je vooral iemand moet geruststellen, tot rust moet brengen, in de muziek moet brengen, in haar muziek moet laten komen. Er kwamen alleen maar allerlei opdrachten geven. Dat werkte niet.

Ik heb ook iemand met de la Tourette, en ik zie die tics nooit. Hij heeft dat niet bij muziek. En dat komt omdat ik empathisch met hem improviseer. Hij is enorm gedreven, hij moet dan het mooiste materiaal hebben, een dure Fender, en dan zeg ik: "dat is fantastisch, ook al kan je niet spelen (dat weet hij ook wel), dan is het nog belangrijk om een goede gitaar te hebben. Want daar kan je gemakkelijker op spelen dan op een bagger-gitaar. Dus als je dan wat kan, dan klinkt het ook gelijk goed. En dat is empathisch hierop reageren. Dan moet je niet zeggen: moet je nou zo'n dure gitaar kopen als je er niks van kan? En het gaat nu ook steeds beter, vooral door veel rust te nemen en door te zeggen dat het zo voor nu genoeg is. En hij kan ook beter zelf aangeven wanneer het genoeg is. Ik zag hem heel vaak kijken naar het drumstel, en ik dacht ook vanwege zijn manier van ritmisch bespelen van de gitaar te zien, dat hij dat wel eens goed zou kunnen. En één keer kwam hij heel gespannen binnen, en toen zei hij dat het niet zo ging. En ik stelde voor dat hij een keertje het drumstel zou kunnen doen, heel achteloos. Hij ging er achter zitten, en het ging gelijk en vanzelf klonk het goed. En de spanning was meteen helemaal weg. De keer daarna zei hij dat hij eerst wilde drummen en daarna weer verder zou gaan met de gitaar, waar hij eigenlijk voor kwam. Dat is denk ik werken met empathie, en dan zie je die tics dus niet, en die hoeft ik ook niet te zien. Hij moet weten hoe hij die spanning kan verminderen en hoe hij kan opkomen voor zichzelf. Er zit ook altijd een kritische ouder in de buurt, je komt dus ook wel op de achterliggende thema's op die manier, door mee te bewegen. Met die man improviseer ik alleen maar. Wel in de basis rhythm-and-blues achtige dingen. Deze mensen zijn zo dankbaar, kijken naar de muziek uit. Eerst durfde deze man niks meer, en nu durft hij weer meer van het leven te maken en risico's aan te gaan.

5. Wat zijn de kenmerken van empathisch improviserend spelen door de therapeut binnen muziektherapeutische werkvormen? (Observatie / diagnostiek)

Spontaniteit, inleven in de persoon en in het achterliggende probleem (de niet uitgesproken dingen), het gaat vaak over weer vertrouwen krijgen. Dus je moet als therapeut ook heel transparant zijn, dat je niks verbergt in wat je bedoeling is, vooral als mensen iets vragen: waarom doe je dat nou? Daar en daar om doe ik dat. Echt samen dingen doen, echt gelijkwaardig zijn, en een wisselwerking krijgen. Weer in improvisaties er voor zorgen dat iemand een gelijkwaardige positie krijgt in het spel. Daar werk je vooral aan. (werkt voornamelijk met groepen, wel een enkele keer individueel spelen, maar meer om even iets neer te zetten). Binnen de groepen werk je ook aan individuen. Ik ben altijd wel geneigd om te vinden dat iedereen eigenlijk hetzelfde is. In de psychiatrie heb je ook mensen die heel veel verbergen, en dan moet je zo ongelofelijk zoeken naar wat er eigenlijk speelt. Je komt daar

zonder van alles te doen voor de gene niet uit voordat je een reactie krijgt. Voorbeeld: Een meisje dat in een groep tijdens de muziektherapie huilt, er enorm tegen op ziet, dwangmatige dingen ging doen, dat er de gelegenheid werd gegeven om naar buiten te gaan. Ze had dit alleen bij muziektherapie. Dit was op een gegeven moment toch terug te voeren naar een moment waarop ze heel erg was uitgelachen toen ze moest zingen, ze werd er voor gepest. Ze was dan ook woest op de muziektherapie, en op de muziektherapeut. Dan moet je echt denken: nee, dit gaat niet om mij, dit gaat om iets wat gebeurt is. Je blijft dan empathisch, er is iets wat nog opgelost moet worden maar we zijn er nu nog niet achter. Het is goed om dat, wat op jou gericht is, te kunnen containen als therapeut. En dan mag je iemand ook weg laten gaan op een manier dat ze ook weer terug kunnen komen.

6. Wanneer is werken met empathisch improviserend door de therapeut spelen geïndiceerd? (Indicatie)

Ik vind dat je het altijd moet proberen, omdat je wil dat mensen zich vrij voelen in muziek, of dat muziek een vrij gebied is in hun leven. Dus dan biedt je dat in ieder geval aan, het improviseren. Ik zeg trouwens nooit improviseren, maar meer: zullen we wat gaan doen. Improviseren is een vakterm, die je eigenlijk moet vermijden, tenzij je mensen hebt die daarop kicken. "Is dit dan Jammen?" het is dan een beetje zoeken naar de taal.

Indicatie: wat is de mate van houvast, die mensen nodig hebben. In de psychotherapeutische groepen kan je zeggen: Pak allemaal maar een instrument, dan is het even stil, je luistert naar elkaar en je reageert, en dat is de hoeveelheid structuur die je krijgt. Tot heel erg voor-gestructureerd, dat je het heel erg dirigeert. (Kort gesprekje over een methode zoals bij de Hoogstraat). Mijn methode bij perfectionisme is dan wel als men zegt: het moet wel perfect, dat ik zeg dat ze een fout moeten gaan spelen en ik zeg erbij dat ik hoop dat het ze wel lukt! Ook hier komt de humor er weer bij kijken. Ik zeg ook vaak tegengestelde dingen, maak fouten, maar het moet dan wel perfect zijn... En vaak zit er zo'n depressie onder, het perfectionisme is vaak niet het echte probleem. Dat is toch afgewezen worden, gepest worden, trauma's depressie, verwaarlozing. Als therapeut biedt je dan die warmte aan, en in de humor. Ik probeer een soort bevrijdingsactie te bewerkstelligen.

Contra-indicaties... ik zou het niet weten. Ik denk dat iedereen daar behoefte aan heeft. Dat is ook de kracht van muziektherapie, dat je empathisch bent.

Ik heb wel een Turkse man weg laten gaan, die zei: nee, ik kan niet tegen muziek, ik kan het nog niet aan. Ik heb hem toen laten gaan, maar hem ook duidelijk gemaakt dat het niet aan de muziek ligt. Dat het aan andere dingen ligt, die zouden eerst opgelost moeten worden.

De contra-indicatie zal hem eerder zitten in de structuur van de aangeboden therapie op een specifieke plek, maar niet op de muziektherapie zelf, dan heeft het eerder te maken met de tijd (kortdurend) en de organisatie van wat je mag en kan doen. In contra-indicatie is dan alleen in die en die vorm. Los zien van de structuur van de gezondheidszorg.

7. Welke behandeldoelen kunnen via het werken met empathisch improviserend spelen door de therapeut behaald worden? (Doelen)

Zelfvertrouwen, vertrouwen opbouwen in de relatie met anderen, loslaten van al te rigide patronen. Emoties kunnen uiten, en dat je daarin meebeweegt.

8. Wat zijn de kenmerken van de interventies bij het empathisch improviserend spelen door de therapeut? (Interventies)

Al de improvisatietechnieken van Bruscia. Dat je incorporating spaces gebruikt, dat je ruimte laat voor de invulling van iemand, reflecting, dat je daar weer op reageert, van het gevoel. Als je kijkt naar Alvin, dat is weer psycho-analytisch, psycho-dynamisch, dat je heel erg kijkt naar welke relaties zich hier afspelen. Wat voor persoon ben ik in het leven van diegene, is dat een afhankelijkheidsrelatie? Of probeert hij zich los te maken, moet iemand autonoom worden, waar zit iemand in zijn ontwikkelingsproces? En daar pas je dan die interventies op aan. Als iemand autonomie als centraal punt heeft, dan geef je diegene heel erg de regie over de improvisatie. Jij begint, ik volg jou, globaal gezien. Soms stuur je in het ontwikkelingsproces. De term komt ook wel meer uit de rogeriaanse, creatief theorieproces. Ik denk dat de neurologische muziektherapie wel ver af staat van de meer ouderwetse Europese muziektherapie, het is weinig empathisch... Er wordt gelukkig wel al veel gekeken naar wat er in het brein speelt. En het is ook wel leuk, ik zeg wel tegen mensen: Kijk maar goed, want als je wat langer kijkt, dan kan jij het ook, want je hersenen doen eigenlijk al mee, zonder dat jij het in de gaten hebt. Dan heb je weer met de spiegelneuronen te maken. Daar werk ik wel mee, met dat soort verklaringsmodellen.

9. Wat zijn de behandel-effecten van het werken met empathisch improviserend spelen door de therapeut? (Effecten)

Als het lukt om samen te spelen, dan is het toch een verandering van het wereldbeeld van de cliënt, dat ze iets heel nieuws ervaren, wat ze totaal niet gewend zijn. Ze zijn vaak verrast, zeker de eerste keer, dat je zo kunt spelen met elkaar. Vorige week had ik een nieuwe groep, toen zei ik: Pak maar een instrument, dan gaan we improviseren (soms moet je het juist aanzetten). Dan zien ze er eerst tegenop, maar na de tijd vinden ze het zo leuk om te doen, en hebben ze weer zin in de volgende keer. Het opent een nieuw denkraam voor mensen. Ook het muziek maken zelf, maar dat het dan ook klinkt. Het is heel erg verscheiden, het is ontspannend, en gelijk en gezellig. Er komen ook opeens bekentenissen, over hoe spannend het eigenlijk is, muziek maken, dat het zoveel oproept uit het verleden. Je legt een voedingsbodem neer, om mensen te laten reageren in de muziek, daar kan je weer mee verder. Er zit zo ook geen structuur meer in die je herinnert aan de muziekles van vroeger, en dat alles precies met noten moest, je doorbreekt dan ook een geschiedenispatroon en je opent daardoor weer nieuwe mogelijkheden voor muziek en voor hoe je met mensen omgaat. Dat is ook weer symbolisch voor elkaar ruimte geven, geen goed of fout, heel veel overtuigingen worden veranderd, (paradigmashift).

Interview 9

Vragen:

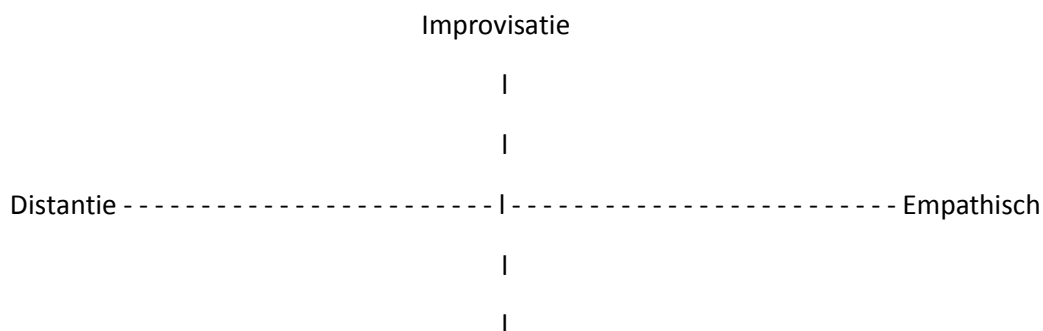
1. Als ik zeg Empathisch improviseren, waar denkt u dan aan?

Nou, dat is gewoon per halve seconde je plannen bijstellen. En dat gaat ongemerkt door, en ook in je achteruitkijkspiegel blijven kijken, en de hele tijd intunen. En als je denk van nu gaat het, dan kan ik ook zelf wegzakken, dan ga ik er in, maar ik houd het wel in de gaten en dan kom ik daarna weer terug, en dan ga ik weer kijken. Welke kant gaan we op, en O, we gaan die kant op. En dan had ik allang bedacht, we gaan nu naar dat akkoord, en dan gaan we naar dat instrument toe. En dan gebeurt er op driekwart van waar ik mee bezig ben iets, en dan stel ik het bij, dan ga ik het niet doen. Of soms houd ik het met opzet vast, maar dat vind ik ook improviseren, je plan bijstellen. Dan houd ik het met opzet juist vast om te kijken wat er gebeurt. Maar het is altijd een soort van met een reden, ook al weet ik de reden op dat moment ook niet. Dan vind ik dat je daar ook heel flexibel mee om moet gaan. En dan blijkt achteraf dat er iets gebeurt is, of dat je denkt van: daar was het voor. Dat is het voor mij in het kort.

En empathisch, bij dat woord voel ik dan de connectie die je zoekt. Dat is ook het doel waar je het middel, in dit geval de muziek voor gebruikt. Maar het kan ook iets anders zijn hoor, maar we hebben het nu over muziek inzet om contact te krijgen, en volgens zij zonder empathie ook geen contact. Want anders zou je het niet eens zien, ook al zou je het wel hebben. Maar als je het zelf niet ziet, heb je het ook niet. Ofwel iets werkbaars heb je dan niet. Dus je moet intunen, en dat is empathie voor mij. Steeds maar blijven intunen. En bijstellen, of soms stug doorgaan, omdat je denkt: wacht even, ik denk dat ik geen contact krijg, en denkt van het enige wat ik nu heb is mijzelf en dit waar ik nu mee bezig ben. En daar ga ik mij nu op storten, en dan kijk ik wel. En dan lijkt het alsof je geen contact maakt, dan zonder je van iemand af, of ogenschijnlijk neger je iemand, of dan laat je die een soort van links liggen, maar je bent dan wel aan het baden, of aan het kneden ergens, maar in eerste instantie niet merkbaar. En stug doorgaan, stug doorgaan en kijken, kijken. Ook al betekent dat stug doorgaan gewoon stoppen is.

2. Welke werkwijze gebruikt u meestal binnen de muziektherapeutische aanbiedingen?

** hierbij zijn de vier woorden in een cirkelvorm met elkaar verbonden, waarbij ik er van uitga dat iedereen wel in al de stukken van deze cirkel werkt.*



Ik merk dat ik moeite heb met die tegenstellingen, want voor-gestructureerd en improvisatie is voor mij één ding. Dat klinkt heel raar, ik kan dat niet los zien. Want dat zijn weer twee verschillende hokjes, terwijl: het gewoon omni is. Een distantie en empathie, wat ik ook net zei, soms lijkt het alsof je iemand negeert of afstand neemt, maar je moet weer afstand nemen om die empathie weer voor elkaar te krijgen. Soms moet je improviseren om die te structureren. Maar voor-gestructureerd ... Kijk, als ik nu bij zo'n groep binnenkom en ik ga iets klaar zetten (soort van), dat improviseert ook, want ik weet nog niet precies wat ik ga doen. Maar ik houd er wel rekening mee: nou, die ga ik daar eventueel neer zetten, dus dat is een soort van voor-gestructureerd. Want als je niet zelf een soort kader maakt, dan kan je ook niet improviseren. Dat was op de filmacademie al, een van de docenten die zei ook van: met cameravoering en zo leer je allemaal regeltjes, dat zijn een soort basisregels, en leer die nou maar. Toen zei iemand: Ja, maar ik wil de camera een keer scheef. Ja, zegt hij, je moet ook gewoon de regels leren, om ervan af te kunnen wijken. Dat is het. Dat is met het voor-gestructureerde ook. Je moet eerst een structuur een soort van in je hoofd hebben, om er van af te kunnen wijken. *Voor-gestructureerd is een bestaand liedje...* Dat kan, *Wat ik eigenlijk bedoel met het schema, daarom heb ik er ook een cirkel van gemaakt, het is iets vloeibaars voor mij.* Ik denk dat ik ook naar al de coördinaten zo, ja, het gaat alle kanten op. Want voor-gestructureerd is ook bijvoorbeeld een akkoordenschema wat ik in mijn hoofd heb. Want stel, ik speel drie of vier akkoorden en in mijn hoofd is dat een structuur. Die akkoorden die zich steeds herhalen in een bepaalde structuur, waarop ik improviseer. Niet in de akkoorden, maar qua melodieën, of iets. Maar het houvast, dus het geraamte, de voor-structuur, dat zijn die akkoorden. Muziek is natuurlijk al structuur, en die vier akkoorden blijf ik ook steeds herhalen. En ik wijk niet af in principe, ik probeer de cirkel rond te houden. En als ik af ga wijken, dan ga ik daar rustig heen. En dan de volgende cirkel. En binnen die akkoorden kan je al zo veel doen, en dan ga je helemaal loos, een waanzinnige alle kanten op met die improvisatie, de structuur blijft er onder. Die is volgens mij altijd wel herkenbaar. Dus die structuur en improvisatie: zonder structuur geen improvisatie. *Dat vind ik zelf ook, (schema), want soms is het heel empathisch om juist in de distantie te zitten.* Dat bedoel ik. Juist. Want je bent altijd invoelend bezig, En als je goed aanvoelt weet je soms: iemand moet even wat afstand hebben. Want als je te dicht bij blijft staan, dan zou je kunnen voelen van nou, dit gaat niet goed, iemand gaat over de rooie of iemand trekt het niet helemaal. Ik heb nu een cliënt, daarbij ben ik er net achter gekomen: als ik niet direct totaal dichtbij, naast hem, arm om hem heen ga, dan kan ik hem niet meer bereiken. Dan gaat hij alle kanten op. En dat werkt ineens heel goed. Want ik heb altijd gedacht: je moet altijd een beetje afstand hebben, een beetje voorzichtig zijn. Dat moet ook, ik spreek ook over iemand die ik al heel lang ken op de groep, en die ik dan nu soms met een of twee mensen samen in een klein clubje krijg. En dan ging ik dat soort dingen doen, en dat werkte waanzinnig goed. Hij brak helemaal uit zijn gewoontecirkel. Hij werd alert op wat ik deed. Het schema: het zijn wel vier elementen die belangrijk zijn. Het laatste wat ik er over wil zeggen is: wat is dan het doel van de muziektherapie. Want ik kan me niet voorstellen, dat als je dit plaatje ziet, in de interactie met je publiek, stel: een zaal vol met mensen of een één-op-één cliënt, of op straat. Je kan voor mijn gevoel niet helemaal in één hoekje blijven zitten. Ik zeg niet dat het een slecht is en het ander goed, maar de ene situatie vraagt nou eenmaal iets anders dan een andere situatie. En ik vind hoe flexibeler je daarmee om kan gaan, hoe meer kans je hebt om het publiek te bereiken. En ik zeg dat niet alleen omdat ik nu als muziektherapeut werk, maar ik heb ook in theater de Engelbak heb ik elke dinsdag open podium, in ieder geval honderden open podia meegemaakt, als technicus, waar ik dan ook zie welke acts succesvol zijn, wie heeft contact, wie klikt met het publiek? Of welke acts na een halve minuut al ruzie hebben met het publiek: ze gaan schuiven, ze gaan doen, oeh... wel een

kwartier (ze mochten een kwartier). Dat kwartier duurde eindeloos. Dan denk ik: die gaat het moeilijk krijgen. En dat was meestal ook zo. En mensen die soms op een verrassende manier, waarvan je tijdens de repetitie 's middags dacht van hè? En dit is lollig? Of hier gaat hij dan...? En 's avonds dan staat hij daar, en dan begint hij met zoiets en met een grap, en dan heeft hij "paf" het publiek. En dan denk ik: Wat? Dat is diezelfde van vanmiddag, waarvan ik dacht: nou...? Dus die heeft iets gevonden. En ik denk dan dat je anders krijgt van: die cliënt kan het beste bij die therapeut, en die cliënt komt daar terecht, maar die..., en soms werkt dat ook gewoon zo, of bij die methode, of bij een andere methode... Daar geloof ik ook niet iets van, net zoals als we het over structuur hebben. Iemand die alleen maar structuur nodig zou hebben. Die kan echt wel als je de situatie zo creëert, dan kan die ook wel zonder die structuur ook dingen beleven en buiten zijn cirkeltje om ineens dingen beleven, waarvan degene zelf, maar misschien ook omstanders niet dachten van: dat trekt die. En omdat we het met zijn allen maar heel makkelijk vinden van o ja, dan gaat hij naar zijn +1 of dan weet je in ieder geval waar je aan toe bent met zijn allen. Maar blijf er altijd naar kijken, want dingen kunnen veranderen. Hoeft niet, maar kan.

3. Wat is empathisch improviseren door de therapeut in de muziektherapie en wanneer is improviseren empathisch?

Als je improviseert... wanneer is iets empathisch? Het is empathisch als je het doet, omdat je invoelend naar iemand anders voelt: daar kunnen we wat mee. Daar kunnen we samen wat mee. Maar je kan ook totaal je eigen gang gaan en met niemand en niks rekening houden. Maar daar was je niet voor. En dan doe je het niet. Of het moet een middel van jou zijn op dat moment wat je inzet, juist om iets te bereiken. Maar het blijft dan altijd bewust.

4. Is empathisch improviseren een hanteerbaar begrip voor Muziek therapie en in welke situaties?

Ja, ik denk dat heel veel muziektherapeuten dit zouden herkennen, dit begrip. En daar min of meer altijd mee bezig zijn. Maar ook leraren op school, ik denk dat die ook, een goede leraar die kan dat ook. Dat merk je ook aan een klas. Of als ouder. Het gaat altijd om interactie met andere mensen. In een relatie.

5. Wat zijn de kenmerken van empathisch improviserend spelen door de therapeut binnen muziektherapeutische werkvormen? (Observatie / diagnostiek)

Inspelen op het moment, ten eerste al in het moment zijn überhaupt. Voortborduren op de randvoorwaarden die je gesteld hebt, al is het alleen maar: de telefoon gaat van de haak. Dat is bijvoorbeeld een randvoorwaarde. Veiligheid creëren is een randvoorwaarde. Maar goed, dat moet ieder voor zichzelf weten, en iedereen heeft weer wat anders nodig. Meebewegen met de sfeer, met stemming. Soms sturen in stemming. Als iemand heel druk is, heel rustig de stemming heel leeg en rustig maken, dat iemand misschien als een, weet je, net als de zonnebloem naar de zon, zich daarnaar kan richten en gestuurd wordt in een andere sfeer. En als het echt lekker gaat gewoon

helemaal er in, en even nergens meer rekening mee houden. En dan blijkt dat je een enorme djembé solo kan geven bij mensen die normaal niet zoveel tegen geluid kunnen. Dat is ook de opbouw, het gaat ook om opbouw. Of dat die jongen die niet tegen geluid kon, op een gegeven moment mijn hand pakte en keihard op die vleugel begint te rammen. Samen met mij. Hij had de controle. Nou, dat was het, dat vond hij mooi, en dan kon hij er wel tegen.

6. Wanneer is werken met empathisch improviserend door de therapeut spelen geïndiceerd? (Indicatie)

Empathische improvisatie heb je sowieso nodig als je iemand voor het eerst krijgt. En dat kan je volgens mij dan heel erg lang volhouden. En een contra-indicatie zou ik zo niet weten. Ja, tenzij je ontdekt dat het zo niet werkt bij iemand. Maar dat kan ik me niet voorstellen, want ja, ik gebruik het hele kleurenpalet. Dus er zit altijd wel een kleur tussen. De uiteindelijke methode die je wilt. Ik denk dat empathische improvisatie altijd aan het begint aan van een traject. En of een traject nou een voorstelling is, of een therapie sessie of een reeks therapieën, of een kennismaking is. Dus een contra-indicatie, dat zie ik niet zo. Nee.

7. Welke behandeldoelen kunnen via het werken met empathisch improviserend spelen door de therapeut behaald worden? (Doelen)

Nou ja, eigenlijk voor alles. Maar het is om contact te krijgen, om iemand zich veilig en gehoord te laten voelen. Met meebewegen, dan krijgt iemand ook het gevoel van: hé, het is niet erg als ik ineens ga gillen, want iemand kan daardoor een bepaalde rust en een bepaalde vrede met zijn eigen gedrag krijgen. Want dat is wel belangrijk, als jij op je kop krijgt omdat je in cirkeltjes rondloopt: ga nou eens zitten! Of het wordt geaccepteerd, dat maakt natuurlijk wel uit. En dan heb je meer kans dat iemand uiteindelijk gaat zitten, als je dat dan zo nodig wil. Dat is maar een voorbeeld hoor.

Doelen... Om iemand tot zichzelf te laten komen, waardoor er kans op ontwikkeling is, die je creëert. Contact. En ontwikkeling in de breedste zin van het woord. Dat kan van alles zijn. Voor de een is dat dat hij een nieuw computerprogramma begint te leren, voor de ander is dat dat hij een keer eens gaat zitten. Of überhaupt er eens bij kan zijn.

8. Wat zijn de kenmerken van de interventies bij het empathisch improviserend spelen door de therapeut? (Interventies)

Bijsturingen of ingrepen, dat ze min of meer bewust plaatsvinden. En soms, omdat je het al zo vaak doet, en het een soort gevoel wordt verkregen, dat het automatisch gaat. Maar het is altijd oorspronkelijk met een achterliggende gedachte geweest, dat je ook weet waarom je het doet. Want dat vind ik heel belangrijk. Het iemand laten schrikken is makkelijk. Maar waarom doe je het? Of in mijn geval: waarom doe je het vaak dus niet? Waarom maak je overgangen juist wel mooi of smooth?

Voor mij is een kenmerk van een interventie als bijvoorbeeld het pakken van een ander instrument ook horizonverbreding. Soms juist met iets heel anders aankomen. De klank, dan toch die blokfluit pakken. Of toch met een zelfgemaakt trommeltje of snaardingetje komen. En dat gewoon gaan doen. En dat is voor mij horizon laten verbreden. Iets laten horen waarvan je denkt daar voel ik me goed bij en daar kan iemand misschien iets aan ontdekken. Iets wat in het dagelijks leven niet zomaar gebeurt.

9. Wat zijn de behandel-effecten van het werken met empathisch improviserend spelen door de therapeut? (Effecten)

Je creëert een prettige samenwerking. Zo noem ik dat letterlijk. Of het nou met je publiek is, het is samenwerken. Degene met wie je samen muziek maakt, maar ook degene waarvoor je muziek maakt, omdat diegene dan geen instrument bespeelt of kan vasthouden of überhaupt te ver weg is. Dat is wel je medespeler. Het is je tweede bandlid, zal ik maar zeggen. Dus daar creëer je een interactie mee. En ik zou willen zeggen: doordat degene zich gezien en veilig voelt, dan kan je ontplooien, dan kan je samen gaan werken, dan kan je mee gaan doen. En bij sommigen is dat traject heel lang, en bij sommigen kort, maar het is nooit onmogelijk voor mij. Maar ik heb nog niet iedereen meegemaakt, natuurlijk. Maar goed, ook al zou het iemand zijn waar geen mens zich raad mee weet, dan zou ik het nog op deze manier doen. Want dit is ook de manier waarop ik altijd werk. Dus voor mij is het eigenlijk A B C. Het is fijn dat het nu op een schema nu staat. Maar het is inderdaad wat ik wil doen. En anders kan ik het niet.

Ik kreeg een keer op een basisschool een soort van layer-methode ergens over. Ik zei: vind je het erg als ik het niet doe. Ik ging het lezen en probeerde me in te leven hoe die mensen dan denken, maar het ging gewoon niet. Het is het zelfde als soms: Ik kan best noten lezen, daar gaat het niet om. Maar soms is het mij een brug te ver om mij helemaal in het koppie van de componist te zetten, omdat de muziekstijl me dan net niet... ik kan het dan niet begrijpen, hoe iemand denkt en dan moet ik het wel gewoon leren. Als het op noten staat, want dat is het, als het zwart op wit gedrukt is het als je er naast zit ook gewoon fout. Dat label krijgt het dan ook. En dat is ook fnuikend.