

"De aanrakingskracht van muziek voor en na de geboorte."

Margré van Gestel

Aanraking en muziek hebben in jonge levens door de eeuwen heen een belangrijke rol gespeeld. Wanneer een baby net geboren is zal een moeder vanzelfsprekend gebruik maken van tast en taal om te communiceren. Wanneer we videobeelden zien van pasgeborenen dan zien we dat aanraking via tast en via gehoor de allerbelangrijkste vormen zijn waardoor moeders en vaders vertrouwd raken met hun kind. Vanuit de baby zien we een onmiddellijke interactie: handjes die open gaan en naar de moeder reiken. De baby "weet" de perfecte plaats op mama's buik. De warmte van de huid en de hartslag van de moeder geven hem een geruststellend, veilig en vertrouwd gevoel. Na de kennismaking met de baby volgt dan het eerste moment aan de borst. Door het geven van borstvoeding wordt de baby zowel fysiologisch als psychologisch en organisch gestimuleerd. Het kind krijgt de warmte van de huid te voelen, de zintuiglijke prikkeling door de eerste liefkozingen en de bevrediging van het zuigen aan de borst, onder constante begeleiding van de vertrouwde hartslag van de moeder. De symbiotische band tussen moeder en kind wordt door de borstvoeding benadrukt terwijl door de exact op de baby afgestemde voeding het kind alle voedings- en afweer stoffen binnenkrijgt die het nodig heeft. De band tussen kind en moeder, moeder en kind zal levens beïnvloeden.

De huid omhult ieder mensenkind. In de baarmoeder is de foetus omringd door vruchtwater en wordt de foetus gewiegd op golven van water. De huid is het meest gevoelige orgaan, een doelmatige beschermer en tevens een eerste communicatiemiddel. De huid ontwikkelt zich dan ook het eerste tijdens de zwangerschap. Groei en ontwikkeling van de huid gaan het hele leven door. Daarnaast blijkt dat die functies die zich het eerst ontwikkelen het langst in stand blijven.

Het eerstvolgende zintuig wat, na de huid, tot ontwikkeling komt is het gehoor. Tijdens de 23 week van de zwangerschap functioneert het gehoor volledig. Via huidcontact en hoor-contact ontwikkelt zich tijdens de zwangerschap de foetus en na de geboorte de baby. Het derde zintuig wat een belangrijke rol zal spelen in de ontwikkeling van het kind is het zien. Maar voordat het kind betekenis kan geven aan wat het ziet moet het kind geleerd hebben mens te zijn door middel van tastzin en gehoor. (A. Montagu)

Uit onderzoek blijkt overduidelijk dat contact via huid en gehoor een essentiële voorwaarde is om zich te kunnen ontwikkelen.

De eerste geluidjes kunnen we vrij snel na de geboorte al waarnemen. Baby's zijn in staat om vanaf het eerste moment tonen exact na te "zingen". Zij hebben hiervoor een natuurlijke aanleg, wat zich een aantal jaren later uit in het feilloos leren van de moedertaal. Intonatie (muzikaliteit) vervult, vooral bij het goed begrijpen van taal, een zeer belangrijke rol. In iedere cultuur vinden we dan ook spreekteksten, spelletjes en liedjes waarbij ouders innig contact maken met hun kind, zodat ze zich vertrouwd en veilig blijven voelen, waardoor de ontwikkeling van het kind gestimuleerd wordt.

We kennen wiegeliedjes, paardrijdlidjes, hand- en vinger- en kriebel-spelletjes. Ook bij activiteiten als naar bed gaan en in bad doen wordt vaak vanzelfsprekend gebruik gemaakt van een liedje. Muziek en aanraking speelden in de opvoeding eeuwenlang een belangrijke rol. Toch zijn veel aanrakingscontacten tegenwoordig alleen nog vluchtige momenten tijdens de dagelijkse verzorging. Door de opkomst van radio, tv en de ontwikkeling van moderne apparatuur is in de omgang met het kind, het direct sociaal contact (van mens tot mens) via tast en gehoor helaas

niet meer zo vanzelfsprekend. Het lijkt zoveel makkelijker om de radio aan te zetten, het kind in de maxi cosi voor de tv te zetten of een videoband of de computer aan te zetten voor je peuter. Ouders reageren dan vaak met "maar de kinderen vinden het zo leuk". Toch is de enige manier van werkelijk affectief leren, het leren via het persoonlijk contact. Ontbreekt dit sociale element dan komt een kind nooit tot volledige ontplooiing. Het aanraken, samen spelen en zingen moet weer geleerd worden.

Dit verklaart mede enorme belangstelling voor cursussen babymassage en de cursussen Muziek op Schoot.

Contactmomenten zijn "kwaliteitstijd", om maar eens een modewoord te gebruiken. Ik denk dat een kind vooral in de eerste levensjaren, maar ook daarna, altijd recht heeft op "kwaliteitstijd". Om een kind op een natuurlijke wijze zijn ontwikkelingspotentieel aan te laten spreken is een affectief en dus plezierig contact met de opvoeder onontbeerlijk. Aanraken en muziek geven plezier, warmte, innige contactmomenten en affectieve en kwalitatieve leermomenten. Daarnaast worden zowel bij het bezig zijn met muziekactiviteiten als bij aanraking de hele hersenen aangesproken en bevordert het de samenwerking van de beide hersenhelften. Een kind heeft van nature de mogelijkheden om in de hersenen ontelbare verbindingen te leggen. Deze verbindingen worden gelegd wanneer het kind reageert op nieuwe prikkels vanuit zijn omgeving. (Garlick: in Psychological Review Australië 2002) De kwaliteit en de snelheid (genetische flexibiliteit) waarmee de verbindingen worden gelegd zijn erfelijk bepaald, maar de blootstelling aan nieuwe prikkels komt vanuit de omgeving. Dit impliceert dat kinderen die niet voldoende mogelijkheden aangeboden krijgen, onvoldoende geprikkeld worden vanuit hun omgeving, zich nooit optimaal zullen ontwikkelen. Aan de andere kant: kinderen die vanuit hun omgeving voldoende stimulans krijgen zullen zich optimaal ontwikkelen. Dat zijn de kinderen die "goed in hun vel zitten", "grenzen kunnen stellen en zich eraan kunnen houden", "kinderen die op hun beurt kunnen wachten en zich in kunnen leven in een ander" maar ook "zorg voor de ander" op kunnen brengen. Deze kinderen geven blijk van een nature aanwezige nieuwsgierigheid en leergierigheid. Kinderen die vanuit een affectieve binding met hun ouders een gezonde basis aangereikt hebben gekregen, door o.a. stimulatie van de zintuigen (in eerste instantie de tast en het gehoor), waardoor zij zowel sociaal en emotioneel "intelligent" zijn en optimaal functioneren op motorisch, taal, muzikaal en intellectueel gebied.

Muziek maakt altijd "indruk".

Muziek is onlosmakelijk gekoppeld aan aanraken. Geluiden komen je systeem binnen of je nu wilt of niet. Via gehoorindrukken leren baby's al heel wat. Tijdens de zwangerschap gehoorde klanken, muziek, teksten en taal worden door de baby na de geboorte herkend. Het kind is al vertrouwd met geluiden zoals de stem van moeder, vader broer of zusje. De favoriete tunes van tv-programma's, de stofzuiger en de deurbel zijn geen onbekende geluiden.

Muziek is evenzeer gekoppeld aan beweging. Muziek klinkt in de tijd en roept bij jonge kinderen automatisch beweging op.

Muziek wordt door anderen gemaakt en heeft dus altijd een vorm van communicatie in zich.

Muziek heeft een emotionele lading en het fijnste voor jonge kinderen is wanneer een vertrouwde opvoeder samen met het kind zingt en speelt.

Welke liedjes en muzikale spelvormen gebruiken we bij jonge kinderen?

Zingen van wiegeliedjes voor de baby, aanraakspelletjes en massage, schootspelletjes, liedjes bij het aankleden, in bad doen, veel klankspelletjes en luistermomenten, uitlokken van geluiden en

brabbelen, imitatiespelletjes. Bewegen op muziek in mama's armen: het voelen van beweging. Bij de dreumesen: loop- en valspelletjes, liedjes met materiaal als schudkokers, linten, ballen, opstapjes, belletjes, waardeloos materiaal, pollepels en bakjes, ballen, eendjes. Lichaamsliedjes waarbij de lichaamsdelen benoemd en aangeraakt worden. Eenvoudige spreekteksten en korte liedjes waar ze in eerste instantie de laatste woorden gaan invullen maar al snel de hele tekst meezeggen. Bewegingsactiviteiten op muziek bij mama op de arm maar soms ook al alleen. Bij de jongste peuters maken we gebruik van liedjes met materiaal zoals knuffels, eendjes, grote en kleine ballen. Een begin van kringspel, dansliedjes, uitgebreider motorische activiteiten liedjes, nog steeds schootspelletjes met aanrakings- en knuffelmomenten, klapspelletjes, op de beurt wacht spelletjes, kleine instrumenten, langere spreekteksten met bewegingen. Lichaamsliedjes waarbij de kinderen zelf de verschillende lichaamsdelen aanwijzen en benoemen. Bij motorische activiteiten in eerste instantie een beweging per liedje. Daarna een variatievorm. Bij bewegen op muziek zullen bij de jongste peuters de kleine motorische activiteiten (klappen, tikken met stokjes) in de maat plaatsvinden. Oudste peuters: langere liedjes met meer tonen en een grotere omvang, kringspelletjes met en zonder ouder. Gebruik maken van puzzels, gevarieerd materiaal/ instrumenten in grootte en klank, liedjes en bewegingen die de fijne, kleine en grote motoriek aanspreken, schootspelletjes en aanraakliedjes, liedjes met rijm, lichaamsdelen zingend benoemen. Motorische activiteiten die elkaar opvolgen binnen een liedje. Bij bewegen op muziek kunnen nu zowel de grote als de kleine motorische bewegingen in de maat plaatsvinden.

Wanneer is muziek te gebruiken?

In principe zijn liedjes en muzikale spelletjes op alle momenten van de dag in te zetten. Belangrijker daarbij is dat de interactie en communicatie geen verplichting wordt maar een samen spelen en genieten blijft.

Wanneer muziek de hele dag door klinkt, wordt het een vorm van muzikaal behang wat zijn doel voorbij schiet. Kinderen kunnen hun gehoor namelijk afsluiten voor de constante stroom van geluiden. In supermarkten met achtergrond muziek kun je het effect van dat afsluiten vaak observeren. Door de constante stroom van geluid sluiten kinderen zich af voor alle gehoor-indrukken. Ze hebben al hun energie nodig om de vele visuele indrukken te verwerken terwijl ze vaak ook nog motorisch druk bezig zijn met de speciale kinderwinkelwagentjes. De gevolgen: kinderen doen hun eigen boodschappen en racen door de winkel. Wanneer ouders een appèl doen op het horen, komt de boodschap niet binnen. Het effect; boze moeders en verbaasde kinderen die niet snappen wat de reden is voor mama's plotselinge boosheid. Ze hebben gewoonweg hun moeder niet gehoord, de auditieve informatie niet ontvangen. Al hun energie gaat in zo'n situatie naar het verwerken van de vele visuele indrukken in combinatie met hun motorische activiteiten. Gevolg: verontwaardigde moeders, die zich bovendien gaan schamen. Anderen in de winkel hebben door hun lichaamstaal al laten merken dat "dat kind wel eens beter opgevoed mag worden"!

Waar let je op?

In communicatie:

Prijzen en positief stimuleren, negatief gedrag liever negeren.

Er vanuit gaan dat dit gedrag op dit moment voor dit kind de beste manier van reageren is. Zeggen wat je wel wilt dat er gebeurt.

Interactie komt altijd van twee kanten. Zowel ouder/ opvoeder als kind dragen in de communicatie een steentje bij. Verloopt dit niet optimaal dan spelen zowel de vaardigheden in communicatie van ouder/ opvoeder een rol maar ook de mogelijkheden van het kind. Met ieder

kind heeft de opvoeder een andere relatie en in principe ook een andere manier van communicatie.

In interactie en benadering:

Respectvol, positief, met liefde, vol oprechtheid en openheid.

Rekening houdend met ieders eigen ruimte. (letterlijk en figuurlijk)

Aanraken na toestemming (oogcontact), de grenzen van het kind respecteren.

In het contact met anderen ook zelf plezier beleeft aan dit contact. Dus: je eigen grenzen in de gaten houden.

Vanuit de muziekdidactiek:

Korte liedjes en spelactiviteiten die beide eindeloos herhaald kunnen worden.

Niet te grote melodieomvang, zodat kinderen snel mee kunnen gaan zingen.

Op een zingbare toonhoogte beginnen. Kinderen hebben kortere stembanden en te lage tonen zitten er gewoonweg niet op!

De concentratieboog van jonge kinderen is nog kort, dus afwisseling.

Materiaal inzetten om kinderen te laten experimenteren, improviseren en om hun aandacht te richten.

Literatuur en liedbundels

- Muziek tussen Schoot en School; M. Albers en R. Rikhof ISBN 90-6020-738-6
- Wij maken muziek met peuters en kleuters; I. Rietveld ISBN 90-6665-390-6
- Zingen met duimelot; M. van Maurik en H Hopster ISBN: 90-73469-99-9
- Zingen met Likkepot; M. van Maurik en H.Hopster ISBN: 90-73460-98-0
- Liedbundel Vereniging Peuters en Muziek (inclusief 2 aanvullingen)
Te bestellen door: Euro 32,00 (inclusief portokosten) over maken op gironummer 47 44 71 411 ABN AMRO te Bleiswijk t.n.v. Stichting Muziek op Schoot, o.v.v. liedbundel en uw naam en adres.
- O.K! Zing en doe maar mee! Deel 1 M. van Gestel ISBN 90-807197-1-4
Te bestellen via de website: [Online bestellen](#)