|  |  |
| --- | --- |
| SHEET1TEDX  Handup  StapRE  StapLIMIDDEN  StapLI  Stilte | Dag allemaal!  Wie van jullie houdt er van muziek?  Pop? Klassiek? Of zijn er jonge Hiphoppers in de zaal?  Ik zie dat we allemaal iets met muziek hebben, maar zou muziek ook heilzaam kunnen zijn?  Hoe zou het zijn als je een kind bent en je hebt een normaal IQ en iemand praat tegen je. Je bent niet in staat om die persoon aan te kijken of er contact mee te maken, terwijl je alles begrijpt wat er tegen je gezegd wordt.  Of stel je nu eens voor wanneer je verstandelijk beperkt bent, of dement. En je weet niet wie de persoon is die tegen je praat, of welke dag het is of waar je bent.  En hoe voel jij je nu als je morgen een hersenbloeding krijgt en dat je na revalidatie alles weer kan; boodschappen doen, eten koken, autorijden, begrijpen wat mensen tegen je zeggen. Alleen je kan geen woord spreken.  Wat zijn de wonderen van muziek dan als je een beperking hebt? Daar wil ik het met jullie over hebben. Aan het einde van mijn presentatie zijn jullie in staat om muziek in je eigen omgeving voor mensen met een beperking toe te passen! |
| SHEET2  Muzikaliteit  Handsup  SHEET3  Klaptest  SHEET4 | **Blok 1:**  Maar eerst iets over het ontstaan van muziek. Nog voordat wij enig woord konden spreken, konden wij al op fluitjes blazen en trommelen. We hebben het over 50.000 jaar geleden. In veel culturen is muziek een dagelijks onderdeel bij allerlei rituelen. We geven muziek hier een beperkte plaats in ons leven. We hebben de bekende nummers bij onze huwelijken of begrafenissen. Voor die laatste; denk aan Eric Clapton, Andrea Bocelli. En wat is nummer 1? Precies; Ave Maria!  Is dit dan alles? Zit er niet meer muziek in ons? Wie van u vindt zichzelf muzikaal?....Wie van jullie bespeelt er een instrument?  ====  Toch blijkt uit wetenschappelijke studies dat 96% van u muzikaal is. Dit is zelfs aangetoond bij pasgeboren baby’s.  Laten we dat eens even testen.  Al heel lang vermaken musici ons met muziek. Dit is muziekbeleving. Steeds meer vindt er muziektherapie plaats. Hiermee bedoel ik dat professionals interventies plegen met muziek bij mensen met een beperking of trauma. Steeds meer, ook al is het nog flinterdun, is er wetenschappelijk bewijs hoe effectief dit is.  In ons land zijn wetenschappers Erik Scherder, Dick Swaab en Henkjan Honing hier mee bezig. Ik heb de eer om met hen te werken in een project waarbij zij de wonderen van muziek aan breed publiek tonen. Het belangrijkste wetenschappelijke feit is dat muziek in alle delen van het brein zijn invloed heeft. Dit in tegenstelling tot spraak, gehoor, emotie die maar op 1 plek zitten. Waarom dit zo relevant is vertel ik later. |
| SHEET5  Kwaliteitleven  Li/re hand zien  SHEET6  Startaudio | **Blok 2:**  Hoe zit het nu met het effect van muziek op onze kwaliteit van leven? Laat ik mezelf als voorbeeld nemen. Als kind was mijn handschrift onleesbaar. Onvoldoendes op mijn rapporten, totdat mijn ouders een hersenonderzoek lieten uitvoeren. Ze waren het namelijk zat dat ze telkens op het matje moesten komen bij de docent tijdens de ouderavond. Het bleek dat ik een trilling in mijn hand had en zodoende niet netjes kon schrijven. Als therapie kreeg ik pianoles. Dit heeft ervoor gezorgd dat ik in allerlei bandjes heb gespeeld en zo een rijk sociaal leven heb opgebouwd. Via muziek heb ik ook mijn vrouw leren kennen. Verder heb ik geleerd mijn concentratieprobleem om te buigen naar een kracht, een talent. Ik durf mezelf namelijk creatief te noemen en ik ben erg goed in globaal overzicht houden en niet in details.  Heel anders ging het met mijn slecht lerende zoon. Hij speelde wel piano, terwijl hij dramatisch was met wiskunde. Totdat de leraar hem een opdracht gaf “componeer jij maar eens een stuk muziek, want dat is ook logisch nadenken ipv een wiskundetoets maken”. U hoort nu een stuk voor 30 instrumenten dat hij als puber componeerde. Hij beheerst inmiddels veel instrumenten: piano, gitaar, drums, saxofoon.  Nu componeert hij muziek voor mijn films, van klassiek tot heavy metal. |
| MT  SHEET7  SHEET8  SHEET9  SHEET10  SHEET11  SHEET12  SHEET13  Vraag;handop | **Blok 3:**  Hoe zit het nu met mensen met een beperking of hun mantelzorgers en de invloed van muziek op hun kwaliteit van leven? Even wat cijfers:  20% : mantelzorger  20% : mensen dementie of Parkinson  40% jong en oud psychisch lijden  3% van ons ontwikkelen een PTSS,  6%: is eenzaam  1% vorm van autisme, lijkt weinig maar we hebben het over 170.000 mensen in dit land  Wie van jullie hebben hier zelf of zijdelings mee te maken?  Zou muziek deze mensen kunnen helpen? |
| SHEET14  Filmpje  SH15Filmpje  SH16Filmpje  Stap=>publiek  Handspreiden  SHEET17  SHEET18  SHEET19  Vingersknippen | Laten we eens kijken naar voorbeelden en de effecten van de inzet van muziek.  Jullie gaan Dimo zien een jongetje met autisme.  Het gaat hier over contact maken en zo tot gesprek te komen inclusief oogcontact.  Op het volgende fragment zien jullie Jacqueline met een Verstandelijke beperking :  Hier is nauwelijks contact maar Jacqueline maakt verbinding met de piano en gitaar en je denkt “ach ze is een half uurtje bij een muziektherapeut”. Het na-effect is, net als bij dementie dat er minder onrust is dat soms wel 2 dagen kan aanhouden.  In het laatste fragment zien jullie mw Donkers na een hersenbloeding    Er zijn gevallen bekend van mensen die al 6 maanden niet spreken en tijdens de 1e muziektherapie interventie direct zingen EN direct spreken.  Mijn passie voor muziek en gezondheid past in het project Miracles of Music. Een bestaat uit een film, een congres, shows en vooral kleine landelijke muzikale bijeenkomsten… we laten mantelzorgers, zorgprofessionals en patienten samen komen om ze de wonderen van muziek te laten ervaren. Het doel daarbij is om van elkaar te leren hoe je met muziek de kwaliteit van leven kan vergroten. Via wetenschappelijk onderzoek willen we deze effecten ook gaan meten bij de mensen thuis.  Deze bijeenkomsten zijn niet alleen leerzaam. Het verbindt enorm en er is vooral plezier.  Zo zag ik dat een onrustige man met dementie zich door een operazangeres kon overgeven door samen een act op te voeren. De onrust mondde uit in plezier.  Een heel ander voorbeeld is dat ik trainers mocht filmen die we in Jordanië in een vluchtelingenkamp volgen terwijl zij groepen kinderen via muziek hun oorlogstrauma’s helpen verwerken.  Wat kunnen jullie nu in je eigen omgeving doen? Ik geef u 2 voorbeelden. Hoe laat u een Parkinson patient die als een dronkenman loopt volledig in de pas lopen? Dat doet u door er vingerknippend naast te lopen. Simpel!  En……vaak klagen verzorgers dat iemand met Alzheimer onrustig is tijdens een wasbeurt. Zing een liedje van vroeger en de kans is groot dat ze samen een prima tijd hebben en dat de wasbeurt eerder klaar is. Over efficiëntie gesproken |
| Slot  SHEET20  SHEET21  Buiging | Uit de cijfers blijkt dat 50% van ons baat zou hebben door gerichte inzet van muziek in ons dagelijks leven bij een bepaalde beperking of trauma. Ik nodig jullie uit om aan de slag te gaan in je eigen omgeving. Niet denken…maar doen!  Ter afsluiting zien jullie fragmenten van de meetings en de show waarbij 80+ ook met geheugenproblemen optreden tijdens de Miracles of Music Show in het CG. U ziet mijn zoon die het MoM nummer heeft gecomponeerd meespelen.  Ik voel me een trotse vader omdat ik zo voel en ervaar wat muziek doet! Lang leve de muziek!! |