

‘De gezichten klaren op en iedereen zingt mee’

Henriëtte Kat is componist en uitvoerend musicus. Enkele jaren geleden werd zij uitgenodigd om een zanggroep te leiden van bewoners van het woon- en zorgcentrum AMSTA de Vondelstede in Amsterdam. Het zingen van liedjes heeft op deze cliënten, die in een vergevorderd stadium van dementie verkeren, een wonderbaarlijk positieve uitwerking.

Door Dirk de Rover | Foto's Gerlo Beernink

► ‘In mijn eerste gesprek met de mensen van de Vondelstede zei ik heel beslist dat ik een ding niet zou gaan doen en dat was oude

liedjes zingen’, vertelt Henriëtte Kat. ‘Daar had ik geen zin in.’ En juist dát ging ze wel doen, toen ze een tijdje met de bewoners aan

het zingen was. Ze probeerde de mogelijkheden uit en merkte dat haar mensen helemaal opgingen in het zingen van liedjes uit de tijd tussen de twee wereldoorlogen. Toevallig kende ze die liedjes omdat ze die in haar jeugd van haar vader had meegekregen.

Vast patroon

En nu gaan de zangbijeenkomsten volgens een vast patroon. ‘Ik deel de tekstboekjes uit’, zegt Henriëtte. ‘De mensen zijn zo dement, dat ze me niet herkennen. Ze weten niet waar ze zijn en wat ze komen doen. De boekjes bekijken ze vol verbazing. Sommigen, die goed kunnen lezen, beginnen al meteen te zingen op herkenning van de tekst.’

Henriëtte heeft in de loop van de tijd een twaalfstal liedjes uit de bundel *Kun je nog zingen, zing dan mee gekozen*. Liedjes die ieder van de groep goed kent. Ze hebben ze op school geleerd of thuis gezongen. De pianobegeleiding heeft ze



op cd gezet, daarbij aangepast aan het tempo dat deze mensen aankunnen. En dan kan het zingen beginnen.

Henriëtte hierover: 'Ik zet de cd met de pianomuziek op en begin te zingen. Terwijl ik ze aankijk, zie ik het wonder voltrekken. De gezichten klaren op en iedereen zingt mee. Net nog verwarde, wat verloren, bedroefde of vragende

'Net nog verwarde mensen zingen alsof er niets aan de hand is'

mensen zingen nu alsof er niets aan de hand is.' En nadat het liedje uit is, komen de verhalen los. 'Je ziet een vrouw met een verzaligde glimlach vertellen dat hun vader altijd zo genoot van hun zang. Een ander zegt dat ze als sopraan veel in koren heeft gezongen. Tot mijn verbazing is dezelfde vrouw, die kort tevoren zo ver weg was, dat ze geen zin kon formuleren, geen stap kon verzetten, nog niet de bladzijden van haar boek kon omslaan, veranderd in een opgetogen wezen dat alle woorden van alle liedjes uit haar hoofd kent en kan meezingen.'

Muzikale mens

Is er een verklaring voor dat muziek zo'n effect kan hebben op demente mensen? De bekende neuroloog Oliver Sacks, bestsellerauteur van onder andere *De man die zijn vrouw voor een hoed hield*, heeft een boek onder de titel *Musicophilia*

geschreven dat gaat over het verband tussen muziek en de werking van de hersenen. Hij geeft in dit boek verschillende voorbeelden van de heilzame werking die muziek op mensen met alzheimer kan hebben en hij poneert de stelling dat de mens niet alleen uniek is door zijn taalvermogen, maar ook door zijn muzikaliteit.

Henriëtte Kat: 'Oliver Sacks zegt dat voor mensen die in dementie verzonken zijn muziek geen luxe is, maar een noodzaak en dat het een alles overtreffend vermogen kan hebben om hen terug te brengen bij zichzelf en anderen, al is het maar voor even. Ik heb dat zelf met eigen ogen kunnen waarnemen. Iedereen die met demente ouderen omgaat, kan via muziek zo'n momentje van geluk en contact beleven. Dat is dan ook de reden dat ik de zingkit *Klein Vogelijn* heb ontworpen.'

Klein Vogelijn is een setje, dat bestaat uit een tekstboek en twee cd's in een mapje. Henriëtte Kat heeft het gemaakt om AB'ers en misschien ook verzorgenden in staat te stellen om met een groepje te zingen.

Improvisatie

Naast de zanggroep werkt Henriëtte Kat in hetzelfde zorgcentrum ook met twee groepen waarmee ze improvisatiewerkshops doet. 'De ene groep bestaat uit dementerenden en de andere uit somatische patiënten,' legt ze uit. 'Zelf merk ik niet zo veel verschil tussen die twee. De dementerenden herhalen zich in de muziek misschien wat meer. Er is ook wat minder sprake van prestatiedrang en interactie. Het zelfbewustzijn is wat minder. Maar ik werk met beide groepen even prettig.'

Voor Henriëtte staat in het werken met ouderen de muziek voorop. 'Daarin verschil ik bijvoorbeeld van een muziektherapeut die met ouderen werkt. Die zien muziek maken vooral als een middel, ik zie het als een doel op zich. Ik wil ook graag dat we beter worden in de muziek. Ik stel muzikale normen. Mijn doel is het om er een plastisch, swingend geheel van te maken. Ik maak het de mensen soms ook wel een beetje moeilijk. Muziektechnisch houd ik het wel eenvoudig. Ik werk met hele noten in A klein of C groot, zonder kruisen of mollen. Ik sla alleen de witte toetsen op de piano aan. Voor mensen die geen muzikale scholing hebben, is dat wel zo gemakkelijk.'

En over het resultaat van die workshops is Henriëtte heel tevreden. 'Je maakt uit niets iets moois. En ik voelde steeds meer de drang om dat op de een of andere manier vast te leggen, ook om voor mezelf erachter te komen hoe deze mensen muziek maken. Marijke Smit heeft op mijn verzoek een videoreportage gemaakt van mijn workshops.' Die reporta-

'Ik maak het de mensen soms ook wel een beetje moeilijk'

ge op dvd is samen met een cd onder de titel *Hemelse muziek* eind 2008 verschenen. Op de dvd zie je de ouderen op verschillende instrumenten muziek maken,

terwijl Henriëtte Kat zo nu en dan de mensen aanspoort om met de muziek iets gevarieerder te werk te gaan, of minder rommelig of harder of zachter. Wat aan de beelden vooral opvalt, is dat de ouderen

De mensen gaan helemaal op in de muziek

helemaal opgaan in de muziek, maar dat ze tegelijkertijd ook de aanwijzingen van Henriëtte heel gretig oppikken.

Bezuiniging

In februari van dit jaar leek het erop dat de muzieksessies met Henriëtte Kat tot een abrupt einde zouden komen. Zoals bij veel zorginstellingen moest er bezuinigd worden op de uitgaven en een van de eerste slachtoffers bleken de



Divertimento

Divertimento muziek is de site die speciaal gericht is op projecten met betrekking tot Henriëtte Kats creatieve werk met ouderen en dementerenden. Om haar methoden verder te brengen dan alleen haar eigen kring, heeft Henriëtte de producties *Klein Vogelij*n en *Hemelse Muziek* gemaakt die inzicht geven in haar werkwijze en tegelijk een concreet beeld geven van wat er met eenvoudige middelen mogelijk is. De ouderen hoeven hiervoor geen muzikale achtergrond te hebben, alleen interesse om muziek te maken. De producties zijn op de site www.divertimentomuziek.nl te bestellen.

muziekworkshops te zijn. Het was een grote teleurstelling voor Henriëtte, maar nog veel groter was de teleurstelling bij de ouderen. In een prachtig filmpje, getiteld *Hoge Noot*, dat ook op *You Tube* is te zien, zie je een groot aantal bewoners van De Vondelstede hun verbijstering en verontwaardiging in goed gekozen bewoordingen uiten. Een mevrouw benadrukt dat deze workshops 'niet alleen maar een soort van bezigheids-

therapie verschaft', maar dat Henriëtte Kat 'een spirituele gemeenschap creëert waarvan zij het middelpunt is'. Een andere bewoner denkt dat de directieleden 'het gewoon niet snappen'. Dat deze muzieksessies 'de enige activiteit zijn waarin de bewoners zichzelf kunnen zijn'. Wanneer de directie dit filmpje onder ogen krijgen, wordt de bezuinigingsoperatie tot ieders opluchting meteen teruggedraaid. ◀