

Muziektherapie: kinderen hebben er baat bij

De behandeling van kinderen met kanker vraagt niet alleen om lichamelijke topzorg maar ook om gespecialiseerde psychosociale zorg. Wanneer de ziekte kanker wordt gediagnosticeerd, moet het kind leren omgaan met een extreem stressvolle situatie die psychische problemen met zich mee kan brengen. Onzekerheid, controleverlies, bedreiging van het zelfbeeld, apathie, bitterheid, verwarring, onmacht, verdriet, woede: al deze factoren kunnen een rol spelen. Voor het verwerkingsproces tijdens of na een ernstige ziekte is het erg belangrijk dat een kind zijn angsten, ervaringen en gedachten kan uiten. Dit kan op verbale wijze, maar ook via creatieve middelen in de vorm van vaktherapie.

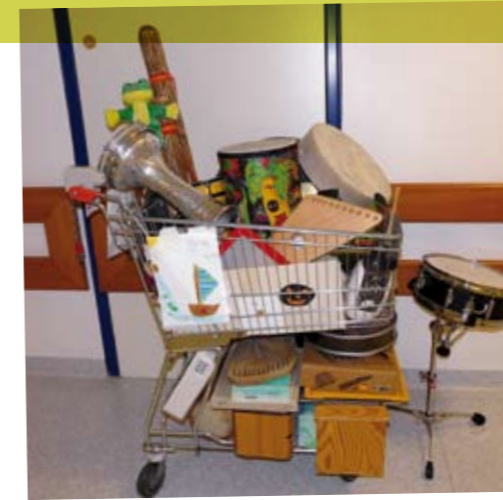
Vaktherapie is de nieuwe verzamelnaam voor beeldende therapie, danstherapie, dramatherapie en muziektherapie. Tot 2006 werden deze therapievormen aangeduid met de term Creatieve Therapie. Onder vaktherapeutische beroepen valt eveneens psychomotore therapie. Dit artikel gaat over muziektherapie, een therapievorm die, in tegenstelling tot andere vaktherapieën en psychotherapieën, mensen zelfs in de allerlaatste fase van het ziekte- en stervensproces kan begeleiden.

Muziektherapie is een behandelvorm waarbij muziek wordt ingezet om mensen te helpen met problemen op sociaal, emotioneel, lichamelijk, cognitief of gedragsmatig gebied. De muziek is hierbij dus niet het doel maar het middel.

Er wordt actief en receptief gewerkt binnen de muziektherapie. Bij actieve muziektherapie maakt men zelf muziek met instrumenten als bijvoorbeeld een drumstel, een piano, een xylofoon, gitaren, kleine ritme-instrumenten en djembés. Daarnaast kan ook de stem worden gebruikt. Receptief werken betekent dat er naar muziek geluisterd wordt.

OVERAL INZETBAAR

Soms is het lastig gevoelens onder woorden te brengen. In de muziek kunnen gevoelens worden beleefd en verklankt. Muziek is een communicatiemiddel. Daarom is het zo geschikt voor het delen van ervaringen en het ervaren van contact. Het kind kan zich meer begrepen en minder machteloos voelen. Door alle medische ingrepen ervaren kinderen verlies van autonomie en controle. Dit verlies kan



tijdens de muziektherapie worden opgeheven: ze zijn zelf actief en hebben zeggenschap. Het mooie is dat muziektherapie in elke situatie is in te zetten. Ook als kinderen in bed liggen, want je hebt je stem altijd bij de hand en kleine instrumenten zijn eenvoudig mee te nemen en te gebruiken. Daarnaast kan in een ziekenhuis een therapieruimte worden ingericht met grotere instrumenten als een piano, een drumstel, djembés.

MUZIEKTERAPIE EN KINDERONCOLOGIE

Muziektherapie helpt kanker niet genezen maar realistische doelstellingen zijn, het:

- verbeteren van de kwaliteit van leven;
- verminderen van lichamelijke klachten en pijn;
- verminderen van eenzaamheid, sociale problemen en isolement;
- versterken van het ego en het ondersteunen van de ontwikkeling van het kind;
- uiten en verwerken van gedachten, gevoelens en ervaringen;
- verminderen van angst en gevoelens van machteloosheid en controleverlies;
- voorbereiden op en ondersteunen tijdens ingrepen;
- ondersteunen in de laatste levensfase.

POSITIEVE EFFECTEN

Muziektherapie wordt in Nederland helaas (nog) niet aangeboden in de keroncologische centra. In landen zoals Duitsland, Zwitserland, Noorwegen, België, de Verenigde Staten en Canada wordt muziektherapie echter al jaren methodisch ingezet in de begeleiding van kinderen met kanker. Uit ervaring en onderzoek blijkt dat bij kinderen met kanker muziektherapie niet alleen op psychosociaal vlak maar ook op lichamelijk vlak een zeer positieve invloed heeft. Zij ervaren minder pijn, zijn minder (lang) misselijk en braken minder. Ook is aangetoond dat muziektherapie een positief effect heeft op hoge bloeddruk, verhoogd hartritme, depressies en slapeloosheid.

Verder onderzoek naar de specifieke effecten van muziektherapie kan er toe leiden dat muziektherapie op bredere schaal - en ook in Nederland - wordt ingezet als ondersteunende behandeling in de keroncologie.

ADRESSEN EN VERGOEDINGEN

In Nederland kunt u zich wenden tot een praktijk voor muziektherapie. Een overzicht daarvan vindt u op de website www.vaktherapie.nl. Daar vindt u ook verdere informatie over vaktherapie. Let wel: niet alle therapeuten werken met kinderen. Daarnaast vindt de therapie soms plaats in de praktijkruimte van de muziektherapeut, maar er zijn ook muziektherapeuten die aan huis komen. Verschillende zorgverzekeraars vergoeden (een deel van de) vaktherapie wanneer een aanvullende verzekering is afgesloten. Ook zijn er in sommige gevallen mogelijkheden voor vergoeding via een persoonsgebonden budget (PGB). www.pgb.nl, www.pgb-plein.nl, www.ciz.nl

Meike Naafs
muziektherapeut
medewerker VOKK
www.meikenaafs.nl

ENKELE ONDERZOEKRESULTATEN

(Bracke 2009)

- Malone (1996) onderzocht of muziek effectief is om kinderen in behandeling tegen kanker af te leiden van de pijn en hun onrust te verminderen. Er werd livemuziek aangeboden tijdens het prikken. Het gedrag van de kinderen met muziek tijdens het prikken werd vergeleken met een controlegroep die geen muziek kreeg. De kinderen 'met muziek' waren rustiger en minder angstig dan de andere kinderen.
- Robb (2000) onderzocht het effect van een therapeutische muzikale interventie op het gedrag van kinderen in isolatie. De kinderen die muziektherapie kregen, waren actiever, meegaander en konden beter met stress omgaan.
- Barrera, Rykov en Doyle (2002) onderzochten het effect van interactieve muziektherapie op het verminderen van angst en op het algemene welzijn van kinderen met kanker tijdens ziekenhuisopname. De onderzoeksresultaten lieten zien dat er een stemmingsverbetering was. Muziek bracht de kinderen en hun ouders ontspanning en plezier, ze werden actiever en speelden meer.

PAULA'S ERVARINGEN

Het verhaal van de nu twaalfjarige Paula maakt goed duidelijk wat muziektherapie voor een ziek kind kan betekenen. Op zevenjarige leeftijd krijgt Paula wekelijks muziektherapie aan huis. Ze vindt het fijn om tijdens de sessie op een plezierige en positieve manier aandacht te krijgen. Dit is heel anders dan de aandacht die ze ervaart door haar ziekte en de vele en langdurige behandelingen. Daarnaast vindt ze het fijn dat zij kan bepalen wat er gebeurt tijdens de sessie en dat ze controle heeft over de situatie; controle die ze niet heeft als ze allerlei behandelingen moet ondergaan. Het eerste jaar spelen Paula's knuffels nog een belangrijke rol tijdens de sessies. Soms vertellen zij wat Paula zelf nog niet rechtstreeks durft te zeggen. Maar in de loop van de tijd heeft ze haar knuffels niet meer nodig om zich te uiten. Erg leuk vindt Paula het spel met de kaarten. Uit een stapel kiest ze één kaart. Het gevoel dat deze kaart bij haar oproept, moet zij verklanken met een door haar gekozen muziekinstrument. Ook de moeder van Paula wordt een keer bij het spel betrokken: uit vier kaarten moet zij kiezen welke kaart bij haar dochters muziekstukje hoort. Aan het eind van een sessie geeft Paula samen met de therapeut vaak een klein optreden voor één van haar ouders. Paula geniet hier erg van.