

HERSENGYMNASTIEK BIJ HET LEERORKEST

Hillen & Roosen en Erik Scherder
dragen het Leerorkest een warm hart toe

Tijdens bouwprojecten komt Hillen & Roosen in veel verschillende buurten. Niet alle kinderen krijgen hier overal gelijke kansen, omdat er bijvoorbeeld niet altijd geld is voor leerzame en stimulerende activiteiten. Maar de jeugd van nu zijn de bouwers van de toekomst! Daarom steunt Hillen & Roosen het Leerorkest, waar kinderen een instrument leren bespelen en samen een orkest vormen. Dit is niet alleen heel leuk, maar draagt ook nog eens op allerlei manieren bij aan de ontwikkeling van hun jonge hersenen. Tijd dus om eens een kijkje te nemen.

Net voor het intreden van de herfst, ben ik, uw verslaggever, op weg naar de Bijlmer in Amsterdam. Daar heb ik een afspraak met Alice Ferguson van het Leerorkest. We gaan samen naar basisschool Samenspel waar de kinderen die daarvoor kiezen op dinsdagmiddag extra muziekles krijgen op een eigen gekozen instrument. In Amsterdam zijn er 18 basisscholen waar het Leerorkest- met steun van de gemeente Amsterdam- muziekles verzorgt voor alle leerlingen vanaf groep 5. Gewoon op school en onder schooltijd. Vervolgens hebben kinderen de keus om ook mee te doen aan het naschools orkest, waar de les een stapje verder gaat. Muziek maken heeft voor kinderen op allerlei gebied ontzettend veel voordelen.

Daarover later meer. Eerst gaan Alice en ik een kijkje nemen bij de verschillende lessen. Alle musici zijn ingedeeld in twee groepen, de beginners en de gevorderden. Beide groepen

krijgen muziekles die specifiek gericht is op hun eigen instrument én les in het samen musiceren in orkestopstelling met een dirigent. Na een uur en een korte pauze wisselen de groepen elkaar af. Er geven hier vanmiddag 8 professionele muzikanten les, die veelal afgestudeerd zijn aan het conservatorium. Zo is er een clubje kinderen die voor de viool hebben gekozen en les krijgen van een violiste, een paar kinderen die de trompet hebben gekozen en les krijgen van een trompettist en zo verder.

De dirigent, Rolf Hoogenberg, maant de kinderen van de gevorderdengroep in het muzieklokaal tot stilte terwijl de andere kinderen individueel dan wel in een klein groepje over verschillende klaslokalen zijn verdeeld om les te krijgen op hun eigen instrument. In het grote lokaal, met een podium voor diverse optredens, kijken de jonge musici aandachtig

naar de dirigent voor instructies. Het complete orkest bestaat uit ongeveer 40 musici. De strijkers; violisten en cellisten. De blazers; hoboïsten, klarinetten, dwarsfluitisten en saxofonisten. De slagwerkers in verschillende soorten en maten en last but not least de pianisten en harpisten.

Als de dirigent met de dirigeerstok aangeeft dat ze mogen beginnen met spelen, wordt al even zo snel het orkest tot stilte gesommeerd. "Het moet ritmischer en in maat 61. Nog een keer. Dat ging al beter. We beginnen nog een keer opnieuw. Prachtig! En nu het hele stuk. We starten op letter C." De kinderen zijn zeer geconcentreerd en genieten van de moeilijke taak die hun is gegeven. Pas in groep vijf mag je meedoen aan het Leerorkest en de kinderen kijken daar ook echt naar uit, zo vertelt Alice. "Het is voor kinderen heel leuk dat ze zelf een instrument mogen kiezen. En dat ze vervolgens, al kunnen ze nog nauwelijks geluid uit hun instrument krijgen, mee mogen doen in het orkest. Dat is toch wel de kracht van het Leerorkest."

Alles tegelijk

Prof. dr. Erik Scherder, de beroemde breinprofessor die regelmatig in De Wereld Draait Door te zien was en steeds bevlogen vertelt over hoe ons brein werkt, legt ons uit dat het luisteren en spelen van muziek invloed heeft op de neurale ontwikkeling van ons brein. Het draagt onder andere bij aan de ontwikkeling van het empathische vermogen. Hoe dat precies zit en waarom prof. dr. Scherder van harte het Leerorkest steunt en zelfs ambassadeur is, vertelt hij vol enthousiasme: "Het luisteren en maken van muziek is goed voor de cognitieve, sociale en emotionele ontwikkeling. We

weten allemaal dat we bij het luisteren naar- en het maken van muziek moeilijk stil kunnen blijven zitten of staan. De motoriek wordt aangesproken en dat heeft een positief effect. Naast de motoriek worden verschillende taken van je gevraagd. Samenwerken, noten lezen, muziek instuderen en natuurlijk het instrument bespelen. Dat zijn heel veel taken voor het brein en dat is precies wat er zo goed aan is. Hoe complexer de taken die het brein moet volbrengen hoe groter de verbindingsbalk tussen de rechter en de linkerhersenhalft wordt en hoe beter ze met elkaar kunnen communiceren en dus informatie kunnen uitwisselen. Die balk heet met een moeilijk woord het corpus callosum. Een ander gunstig effect is de volumetoename van de zogenaamde arbitofrontale cortex, die verantwoordelijk is voor de verwerking en controle van emotionele prikkels. Die toename zorgt ervoor dat je emoties beter kunt reguleren. Je kunt dus impulsiviteit en woede beter onder controle houden. Geweldig is dat. De wereldberoemde dirigent Kurt Masur zei: "Voor iedere muziekdocent die je ontslaat, moet je honderd politieagenten aannemen." Dat is natuurlijk niet meteen hard te maken en wellicht wat overdreven maar er zit zeker wat in. Dan hebben we ook nog de voordelen van samen spelen. In een concertopstelling samen spelen is heel belonend. Kinderen leren snel en gaan snel vooruit. Dat geeft een goed gevoel, hun zelfvertrouwen groeit en ze voelen zich trots. Daarnaast krijgen de kinderen complimenten van de dirigent en hopelijk van hun ouders. Want de kinderen mogen hun muziekinstrument mee naar huis nemen om daar te oefenen. Die beloning maakt dat er dopamine aangemaakt wordt in het brein dat ook weer stimulerend is voor het zenuwstelsel. Ik wil heel graag gezegd hebben dat ik het een vondst vind van wereldformaat dat

Prof. dr. Erik Scherder





kinderen zelf hun eigen muziekinstrument mogen kiezen. Ik moest vroeger verplicht beginnen met de blokfluit. En omdat het verplicht was, was het al niet leuk.”

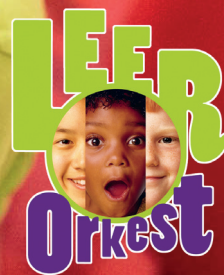
Gelukkiger door muziek

Alice: “De missie van het Leerorkest is om kinderen sterker en gelukkiger te maken door muziek. Het is niet alleen een muzikaal project, we hebben ook echt een sociaal-maatschappelijk doel. Daarom werken we samen met scholen in lage inkomenswijken. Daar zijn kansen voor kinderen om zich in de volle breedte te kunnen ontwikkelen heel welkom. Na een optreden zie je bijvoorbeeld dat de kinderen weer een paar centimeters gegroeid zijn.”

Erik: “Ik vind het ronduit fenomenaal dat iemand op het fantastische idee komt dit te beginnen. Vrijwilligers maken de instrumenten die ze uit giften krijgen helemaal klaar voor gebruik. Kinderen kiezen het instrument dat volledig bij hun past. Het is zo ongeveer voor alles goed. Het is niet volledig hard te maken dat de reken- en taalprestaties van kinderen hierdoor ook vooruitgaan, omdat daarbij ook andere zaken daarbij een rol spelen, zoals de thuissituatie. Ze gaan er in ieder geval niet op achteruit! Ik heb er daarom ook werkelijk geen goed woord voor over dat er bezuinigd wordt op muziekonderwijs. Ik laat geen gelegenheid onbenut om dit te benadrukken. De politiek zou echt veel meer geld beschikbaar moeten stellen voor muziekles op scholen. Gelukkig zijn er diverse sponsors, waaronder Hillen & Roosen, die het Leerorkest ondersteunen waardoor er veel kinderen wel deze fantastische mogelijkheid krijgen.”

Tom Bergmans, commercieel directeur Hillen & Roosen: “In de wijken waar wij werken is soms sprake van sociale problematiek, armoede en achterstand. Dat zijn precies de wijken waar het Leerorkest werkt. Wat dat betreft hebben we affiniteit met deze doelgroep. Haal het kind van de straat en laat het genieten van alle voordelen die het Leerorkest biedt.”

Het wordt tijd om een jonge dame (10 jaar) te vragen wat haar ervaringen zijn met het Leerorkest. We hebben niet veel tijd, want ze heeft zo haar individuele les op de harp. Waarom de harp, vraag ik aan Shurelys. “Omdat ik eigenlijk eerst piano wilde spelen, maar die was er toen niet. Nu ben ik heel blij met de harp. Ik heb bij Podium Witteman gespeeld en vorig jaar



Shurelys en haar harp

zelfs in Het Concertgebouw met de wereldberoemde Remy van Kesteren. Ik maak door het Leerorkest alleen maar leuke dingen mee. Ik zit er al drie jaar op.”

Na de wissel komen de jongste kinderen bij dirigent Rolf. Hij begint de les met het vragen van ‘absolute stilte’. Daarna mag iedereen met zijn instrument een oorverdovend geluid maken. Dat is dus het verschil tussen stilte en geluid. Hij legt de kinderen uit dat het instrument dat ze gratis te leen krijgen van het Leerorkest heel duur is en dat de kinderen er daarom heel zuinig op moeten zijn. De kinderen wordt gevraagd hoe ze goed zorg kunnen dragen voor hun instrument. Iemand antwoordt door het instrument netjes in te pakken op het podium in plaats van op de grond. Andere kinderen komen ook met slimme ideeën. Dan gaan we musiceren. Iedereen gaat in de speelhouding staan. De bladmuziek op de muziekstandaard. De violisten mogen beginnen met de A, de hoorn begint met een E. Weet iedereen de greep nog?

Steun het Leerorkest

Ik heb een hele mooie middag gehad bij basisschool Samenspel. Daarom, niet geheel gebruikelijk, maar soms mag er een uitzondering gemaakt worden: steun het Leerorkest. Zeker in deze zware tijden van corona, waar er nog meer geld nodig is! Hoe? Dat check je op www.leerorkest.nl

Tekst: Frauke van Hulten

Foto's: Stichting Leerorkest