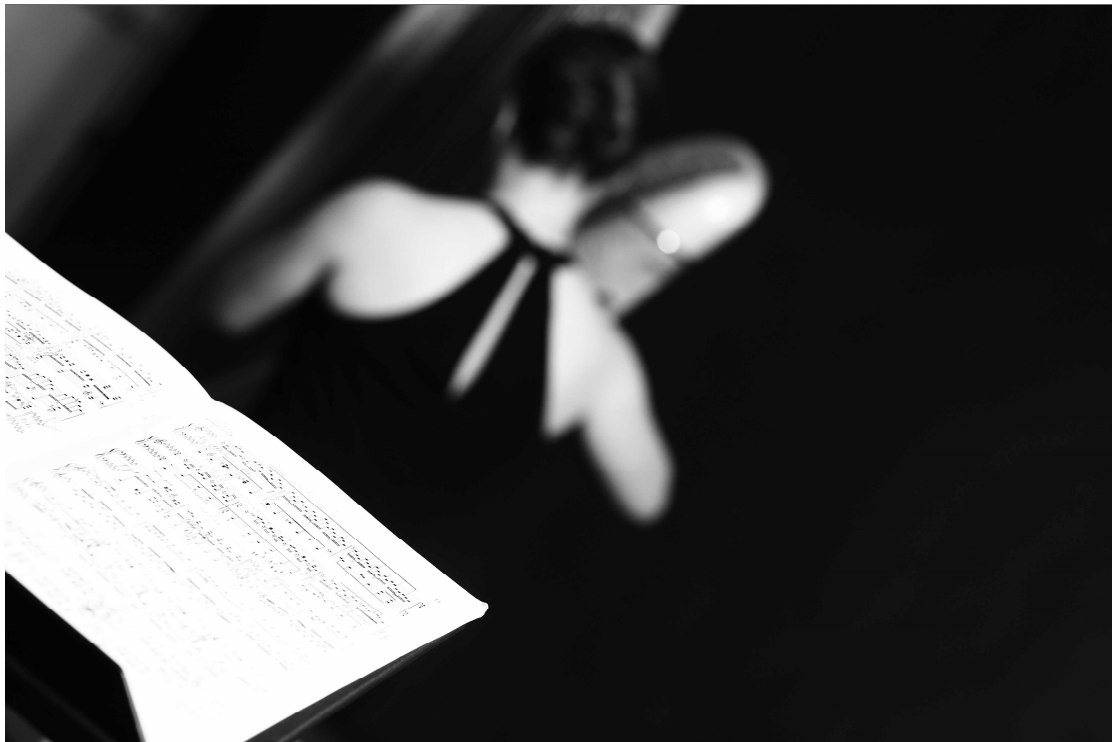


USE YOUR PERSONAL LEARNING STYLE FOR PLAYING BY HEART



GESCHREVEN DOOR:
EMILIE BASTENS

Master of Music Research:

**Use your personal
learning style for playing
by heart**

Geschreven door: Emilie Bastens

School: Koninklijk Conservatorium, Den Haag

Hoofdvak: Harp

Studentennummer: C011075

Hoofdvakdocent: Ernestine Stoop

Research coach: Enno Voorhorst, Anton Sie

Datum: 14 februari 2014

Inhoudsopgave:

Voorwoord	5
Inleiding	7
1. Het begint in het hoofd	9
1.1 Het brein	9
1.2 Het geheugen	10
2. Uit het hoofd spelen op een harp	13
2.1 De problemen	13
2.2 Het trainen en het testen van het geheugen	15
2.3 Ervaringen	18
2.4 De muziek vertalen naar het instrument	20
3. Het leren	22
4. Mijn persoonlijke leerstijl	26
4.1 De teamrollen van Belbin	27
4.2 Resultaten zelfperceptielijst	28
4.3 Resultaten inschattingsformulier voor observatoren	26
4.4 Verschillen en overeenkomsten	30
4.5 Ben bewust van je positieve en negatieve kanten	30
4.6 Zelfevaluatie met betrekking op het studeren van de harp	33
4.7 Do's & Don'ts	36
5. Helpende gedachtes	39
5.1 De vijf functionaliteiten van een team	39
5.2 De dramadriehoek	40
5.3 De vijf fasen van verlies	41
5.4 Bronnen van weerstanden	42
6. Het vertrouwen	43
7. Het 7-stappen plan	44
Conclusie	45
Literatuurlijst	46
Bijlage	49
Samenvatting	Achterzijde

Voorwoord:

Als start van mijn onderzoek wil ik mijn dank richten aan de personen die het voor mij mogelijk gemaakt hebben om de uitwerking van mijn onderzoek te kunnen schrijven.

Als eerste wil ik mijn harpdocente Ernestine Stoop danken voor het brede scala van leerervaringen die zij mij geboden heeft.

Daarnaast wil ik Dhr. Drs. Johan Boogaars hartelijk danken voor de ondersteuning en begeleiding in de zoektocht van mijn zelfreflectie.

Ook wil ik mijn studiebegeleiders, Enno Voorhorst en Anton Sie, bedanken voor het richting geven en scherpstellen van alle aspecten die nodig waren om te komen tot dit resultaat.

Ik hoop dat mijn onderzoek anderen mag inspireren.

Emilie Bastens

Inleiding:

De harp, het instrument met de klank die ik al vroeg in mijn hart sloot. Het instrument heeft me altijd gelokt om steeds weer nieuwe uitdagingen aan te gaan.

Tijdens de Jong Talent Extern en de Bachelor opleiding aan het Koninklijk Conservatorium heb ik de mogelijkheid gehad om te proeven aan veel verschillende mogelijkheden met de harp. Hier heb ik veel van geleerd en heb me breed kunnen ontwikkelen.

Voor mijn Master opleiding had ik een nieuw doel voor ogen: Ik wilde me graag meer richten op de solistische kant van de harp. Dit heb ik gevolgd.

Ik heb me gericht om de solistische stukken op een hoger niveau te krijgen. Deze uitdaging ben ik met mezelf aangegaan door deel te nemen aan een internationaal harp concours. Hier wordt namelijk een hoogstaand repertoire verplicht gesteld dat je moet kennen. Het gaat om de details en deze wilde ik graag verfijnen en verbeteren. Daarnaast kwam een groot nieuw onderdeel voor mij naar boven. Bij veel internationale harpconcoursen wordt verplicht gesteld dat alle werken uit het hoofd gespeeld worden. Hier had ik nog niet veel ervaring mee en wilde hier graag aan werken.

Er zijn trucjes die je kunt leren voor het leren spelen uit je hoofd. Voor het concours moest ik bijna 2 uur aan muziek uit mijn hoofd kunnen spelen en dit moest ik binnen een jaar instuderen. Ieder mens is anders en elke musicus leert op zijn eigen manier. Ik werd nieuwsgierig naar de manier hoe ik dit het beste aan kon pakken. Wat past het beste bij mijn persoonlijke leerstijl om zo efficiënt en opbrengstgericht mogelijk te kunnen werken en daardoor meer tijd genereer voor het passioneel en muzikaal kunnen spelen van de stukken.

Hier is de volgende onderzoeksvraag uit voort gekomen:

“Hoe kun je de efficiëntste manier vinden die bij jou past voor het uit het hoofd leren spelen op een harp?”

Door theoretische en wetenschappelijke kaders te koppelen aan zelfonderzoek hoop ik antwoord te kunnen geven op bovengenoemde vraag.

Ik hoop dat u tijdens het lezen van dit onderzoek geprikkeld zult worden om aan de zijlijn mee te denken t.a.v. uw eigen ervaringen.

1. Het begint in het hoofd

Uit het hoofd spelen begint in het brein. Ik concludeerde dat ik hier niet veel van af wist. Daarom ben ik hier eerst informatie over gaan zoeken.

1.1 Het brein:

Vroeger werd er geloofd dat het hart het lichaam aanstuurde. Hier komt het oude gezegde: “Learning by heart” vandaan¹. Aristoteles geloofde dat de hersenen alleen bedoeld waren om het bloed te koelen.

Door de jaren heen is er veel onderzoek gedaan naar het menselijk brein. Door te weten te komen en informatie te zoeken over hoe ons brein werkt, kunnen we zoeken naar de beste manier om ons brein te gebruiken en zal het helpen om het gewenste resultaat te bereiken.

Ons brein vormt samen met het ruggenmerg het centrale zenuwstelsel en is hiermee het waarneembare, aansturende, controlerende en informatieverwerkende orgaan in ons lichaam. Het is erop geordend om de kansen om te overleven zo groot mogelijk te maken. Het is ingesteld op het zoeken naar voedsel en kan gemakkelijk gezichten herkennen, verhalen en liederen onthouden. Het is de bron van onder andere creativiteit, emotie en het geheugen².



Afbeelding 1: De hersenen

De kleine hersenen, de hersenstam en het limbisch systeem zijn essentiële aspecten voor het in leven zijn van het lichaam. In de hersenschors bevindt zich het denken en leren. Hier bevinden zich de meeste neuronen. De hersenschors bestaat uit twee delen, de linker- en de rechterhersenhelft. Deze twee hersenhelften staan los van elkaar en zijn in spiegelbeeld. Zo stuurt de linkerhersenhelft bijvoorbeeld de rechterarm aan. Voor musici is de “sulcus centralis” erg belangrijk. Dit komt omdat het de scheiding vormt tussen het motorische en aansturende gedeelte in de hersenen. De “sulcus centralis” is verbonden met motorische beweging en het gedeelte wat aansturende informatie verwerkt. Wanneer en waarom sturen onze hersenen de fijne motoriek aan. De “premotor cortex” bepaald welke motoriek uitgevoerd moet worden, waarna de “primary motor” de motoriek daadwerkelijk uit zal voeren.

De natuurlijke kwaliteiten die onze hersenen hebben kunnen ons erg helpen bij het onthouden van muziek.

Onze brein is een mechanisme wat constant veranderd. Het bepaalt wie we zijn. Dit komt niet alleen door de genen die we met de geboorte meegekregen hebben. Het verandert continu door wat we doen en de omgeving waar we ons in bevinden.

¹ E. Voorhorst – How musicians use their brains, Koninklijk Conservatorium Den Haag 2013

² B. Bakker en E.Crone - Het puberende brein, Amsterdam 2008

Voortdurend maken we nieuwe connecties tussen neuronen in het hoog functionerende brein aan. Dit gebeurt zowel bewust als onbewust. Het kan vergeleken worden met het trainen van de spieren, waardoor ze beter zullen functioneren. Onze hersenen zitten vol dendriten, axonen en gliacellen. Ons brein bevat slechts 2% van ons totale lichaamsvolume, maar is het meest complexe orgaan van ons lichaam.

1.2 Het geheugen:

Ed Cooke, een geheugenatleet, zei in een interview: “Je moet weten dat zelfs een gewoon geheugen tot heel veel in staat is, als je er maar op de juiste manier gebruik van maakt”³.

Er zijn 3 leerstijl voorkeuren:

- De visuele leerstijl. Deze leerstijl houdt in dat mensen het beste leren door bijvoorbeeld het bekijken van beelden.
- De leerstijl van het onthouden door middel van voelen, bewegen en ervaren.
- De auditieve leerstijl. Het onthouden door middel van geluiden, muziek en gesproken woorden.

Toch zal er één dominant aanwezig zijn.

Bij mij is dit de auditieve leerstijl. Ik neem geluiden snel in me op en gebruik ze voor het herkennen. Daarnaast herken ik mezelf ook in de visuele leerstijl en het onthouden door bewegingen en ervaringen.

Tijdens het trainen van het geheugen zal het brein ook associaties onthouden. Deze associaties maken dat de herinnering beter geworteld is.

Ik heb bijvoorbeeld regelmatig als ik een bepaalde passage uit een stuk speel, ik later telkens bij die ene maat aan hetzelfde moet denken. Dit hoeft dan niet te maken te hebben met de doelstrekking van het stuk.

Ik ben hier een tijdje op gaan letten. Bij het instuderen van een aantal maten, merkte ik dat mijn aandacht afdreef. Ik besepte me ineens dat ik aan een heel ander onderwerp dacht dan wat ik daadwerkelijk aan het studeren was. Ik ben toen direct gestopt met studeren. Toen ik later verder ging en weer geconcentreerd was, merkte ik dat ik telkens wanneer ik bij die maat aankwam, aan hetzelfde onderwerp moest denken. Ik was geconcentreerd, bewust van hetgeen wat ik aan het doen was. En toch gebeurde het onbewust telkens dat er in een flits hetzelfde onderwerp in mijn hoofd voorbij kwam. Ook toen ik het stuk na een aantal maanden weer speelde, kwam hetzelfde onderwerp naar boven. Hieruit blijkt wel weer dat ons hoofd vol zit met associaties. Hieruit blijkt de noodzaak om tijdens het leren en studeren je te focussen op één ding.

Als er telkens nieuwe informatie binnen komt, is het zinvol om het georganiseerd te houden. Als er telkens steeds nieuwe informatie binnen blijft stromen zal de hooiberg steeds groter worden en het zal steeds lastiger gaan worden om de speld te vinden. Wees er daarom van bewust dat de informatie die je ontvangt ook goed verwerkt.

³ Joshua Foer - Het geheugenpaleis, De Bezige Bij, Amsterdam 2012

Het geheugen kan vergeleken worden met een bibliotheek. In de bibliotheek is alles georganiseerd in categorieën. Hierdoor kun je alles snel vinden. Zo werkt het ook met het brein. Door de nieuwe informatie in de juiste categorie te stoppen zal het hoofd geordend blijven en zal het geheugen optimaal kunnen functioneren.

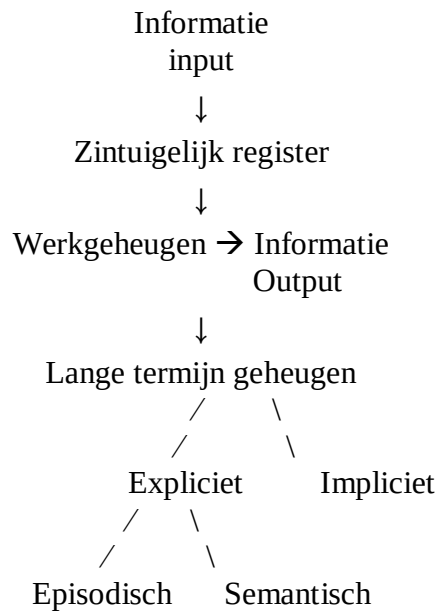
Hoe meer informatie er binnen komt, hoe makkelijker het zal gaan om alles in de juiste categorie te plaatsen. Als het brein meer informatie heeft, kan het makkelijker verbanden en relaties leggen. De neuronen kunnen connecties blijven leggen. Hierdoor zal alles vanzelf op zijn plaats vallen als je het goed ordent.

Elk mens zal een combinatie vanuit de leerstijlen maken voor het gebruik van het geheugen⁴. Het geheugen werkt anders bij muziek, dan met tekst. Dit omdat het een proces is dat zich afspeelt in de tijd. Toch zijn de hersenen in staat er een coherent geheel uit te vormen. Dit komt doordat de hersenen informatie opslaan door middel van herhaling. De gegevens worden door het zintuiglijke register slechts enkele seconden bewaard. Dit is ook zo bij muziek. Bij het horen van muziek wordt de informatie razendsnel gedecodeerd en doorgegeven aan het werkgeheugen. Het werkgeheugen gaat op zoek naar patronen. De hersenen gaan op zoek naar terugkerende elementen die kenmerkend zijn voor het muziekstuk. Dit kunnen zowel patronen in tonen als in ritme zijn. De gevonden patronen worden door middel van herhaling in het langere termijn geheugen opgeslagen. Het herinneren is het terughalen van de opgebouwde cognitie. Doordat er al eerder kennis van is genomen is deze ervaring terug te halen.

Muziek met tekst voegt er nog een extra component aan toe. Namelijk: de tekst. Muziek wordt gedecodeerd tot het werkgeheugen. Aanvullend daarop gebruikt muziek met tekst ook nog het semantische geheugen. Dit is onderdeel van het van het expliciete geheugen, wat betekenis verleent aan de tekst.

Daarnaast spelen factoren een rol bij het opslaan van muzikale gegevens zoals het herkennen van stijlconventies en regels in het muziekstuk. Deze kennis is opgeslagen in het impliciete geheugen, het onbewust geheugen. Het impliciete geheugen is een steun voor het vormen van patronen in de muziek. Tegelijkertijd is het horen van patronen in de muziek weer bevestigend voor het impliciete geheugen. Dit is dus een wisselwerking. Het opslaan van muzikale gegevens blijkt een ingewikkeld proces te zijn waarbij diverse geheugensystemen samenwerken om de gegevens goed op te kunnen slaan en beschikbaar te maken voor herinnering.

⁴ J. Warmerdam – Mnemonische techniek in middeleeuwse muziek, 2011-2012



Het episodische geheugen slaat persoonlijke gebeurtenissen op. Naast het expliciete geheugen is er ook het procedurele geheugen. Dit slaat procedures op, wat doe je stap voor stap, en is het impliciete geheugen. Het is nog niet helder in hoeverre het semantische en episodische geheugen berust op verschillende mechanismen in de hersenen of op de mate van herhaling van kennis. Duidelijk is wel dat herhaling nodig is voor het geheugen om muziek te kunnen onthouden.

2. Uit het hoofd spelen op een harp

Bij het uit het hoofd spelen op een harp komen veel factoren kijken.

Doordat ik niet vaak uit mijn hoofd speelde is het lastig een punt te vinden hoe je moet beginnen. Je hoort van trucjes die kunnen helpen om te testen of je bepaalde stukken echt kent. Ook probeer je om zomaar iets uit je hoofd te spelen.

Dit is geen basis voor zekerheid die je nodig hebt voor uitvoeringsniveau bij uit het hoofd spelen.

Daarom ben ik eerst gaan analyseren wat de moeilijkheden zijn die hierbij komen kijken. Ik heb hier gebruik gemaakt van mijn ervaringen die ik opgedaan heb tijdens het studeren bij verschillende docenten⁵.

Allereerst wil ik de moeilijkheden van de harp benoemen. Vervolgens wil ik gaan kijken naar mogelijkheden om het uit het hoofd spelen te trainen en te verbeteren, om zo tot efficiënter en opbrengst gericht studeren te komen. Mijn ervaringen zullen aan bod komen en tot slot wil ik algemener kijken naar het vertalen van muziek naar instrumenten.

2.1 De problemen:

Inmiddels bespeel ik 19 jaar de harp. De manier van het bespelen van de harp is er ingeslopen en alles voelt als 'gewoon'. Dit is gevaarlijk om te denken, omdat je belangrijke basis begrippen over het hoofd kunt gaan zien. Als je uit het hoofd gaat spelen, is het van belang dat dit niet gebeurt. Het is belangrijk om bewust te zijn van elk detail. De basis moet als een huis staan en deze begint bij de basiskennis van het instrument.

De moderne dubbelvoudige pedaalharp heeft 47 snaren. Onder aan de harp zitten 7 pedalen die elk verbonden zijn met een toon uit de toonladder, zie afbeelding 2. Deze pedalen worden met de voeten bediend. Ze hebben elk 3 standen. Hierdoor is het mogelijk elke snaar een halve toon te verhogen of te verlagen. Je hebt dus drie standen: Bijvoorbeeld: Ces C Cis. Dit brengt echter ook problemen met zich mee. Voor een harpist zit er in het bespelen van een C of een Cis geen verschil. Je speelt namelijk dezelfde snaar, alleen staat het pedaal anders. Zie afbeelding 3, 4 en 5.



Afbeelding 2: Pedalen v.l.n.r.: D, C, B, E, F, G, A

⁵ Ernestine Stoop, Edward Witsenburg, Sandrine Chatron, Anton Sie, Jana Boušková, Isabelle Perrin, Şirin Pancaroğlu, Hugh Webb.

Vaak zet je pedalen van te voren in de juiste positie waardoor je niet bewust bent van de standen van de pedalen. Natuurlijk is het belangrijk om hier bewust van te zijn. Met je voeten kun je de stand van het pedaal voelen.



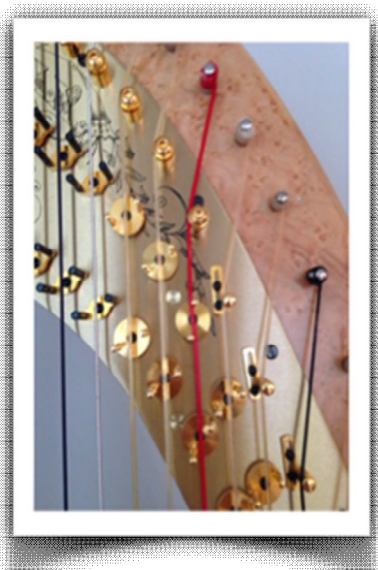
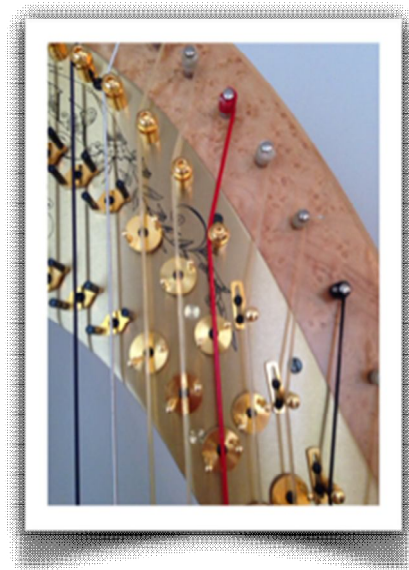
Afbeelding 3:
De rode snaar klinkt nu als **Ces**



Afbeelding 4:
De rode snaar klinkt nu als **C**



Afbeelding 5:
De rode snaar klinkt nu als **Cis**



Echter in de praktijk werkt dit toch anders. Doordat er geen verschil zit tussen de diatonische en chromatische tonen is het lastig om bijvoorbeeld een melodie op gehoor na te spelen. Je hoeft fysiek namelijk geen andere greep met je handen te pakken.

Als ik muziek maak ben ik me bewust van de harmonieën in de muziek en ik denk ook in deze harmonieën. Toch is dit niet gekoppeld aan de harp. Als ik denk aan de harmonieën luister ik naar welke trappen ik toe moet spelen en de relatie tussen de akkoorden. Ook luister ik naar de vorm van het akkoord. Toch koppel dit ik in mijn hoofd niet aan de handelingen die mijn handen uitvoeren. Of ik nu een majeur of mineur akkoord speel, in mijn handen verandert er niets. Je kunt dus zeggen dat ik het denken in harmonieën meer gebruik voor de muzikale frases. Om in een muzikale flow te komen is het noodzakelijk om niet veel te hoeven nadenken en je te kunnen richten op de muzikale gedachte. Dit is dus erg moeilijk op de harp. Later kom ik hier nog op terug.

Daarnaast komt erbij dat je op een harp vaak gebruik maakt van enharmonische tonen. Dit wordt gedaan omdat het makkelijker ligt in de handen en het de technische kwaliteit zal verbeteren. Daar komt echter wel bij kijken dat je handen iets anders spelen dan wat je hoort. Je hoort bijvoorbeeld een gebroken drieklank (C, E, G, C), maar je speelt een gebroken septiemakkoord (C, E, G, Bis). Het is belangrijk om hier bewust van te zijn.

Ook zijn de pedalen een onderwerp wat absoluut niet over het hoofd gezien mag worden. Als harpist is het belangrijk om altijd bewust te zijn van de pedaalstand. Weet hoe je pedalen moeten staan en wanneer je ze moet trappen. Trap de pedalen zo ritmisch mogelijk, dit helpt voorkomen dat je pedalen te vroeg of te laat trapt. Zorg dat je vaste punten in de muziek hebt waar je de exacte pedaalstand weet. Mocht er iets fout gaan met trappen, dan heb je punten waar je het weer op kunt pakken. Het uit het hoofd spelen op een harp is mede door bovengenoemde een complex proces.

2.2 Het trainen en het testen van het geheugen:

Nu ik meer heb gelezen heb over het geheugen en de basisproblemen die zich voordoen bij de harp, wil ik me gaan richten op de praktijk. Hoe kunnen we ons geheugen het beste trainen bij het uit het hoofd spelen op de harp. Onderstaande heb ik voornamelijk gebaseerd uit mijn ervaringsprocessen.

Melodie op notennamen zingen:

Door de melodie hardop te zingen met de noten namen, helpt dit om de noten te onthouden. Je traint zowel het gehoord als de visuele herinnering. Door de noten namen hardop te noemen en naar de snaren te kijken zie je direct welke snaar je moet spelen.

Deze manier van studeren heb ik veel gebruikt bij de Impromptu van Gabriel Fauré. De melodie op pagina 1 keert vaker terug.

Naast het helpen onthouden van de notennamen, heeft het me muzikaal ook geholpen te onthouden. Tijdens het studeren merkte ik dat ik vaak te veel bezig was met de techniek die achter de melodie zat. In het begin bijvoorbeeld met de akkoorden. Door mee te zingen, kon ik het focussen op de techniek loslaten en me richten op de muzikaliteit van de melodie.

Deze manier kan ook helpen bij een black-out. Bij een black-out kan het voorkomen dat de musicus niet meer in staat is om de muziek te spelen, maar wel om het te zingen. Dit is een vorm van falen tussen de twee hersenhelften. De aansturing naar de motoriek wordt dan geblokkeerd. Door de melodie op noten namen te zingen, zal het makkelijker zijn om het tijdens een black-out weer op te pakken.

Handen apart oefenen:

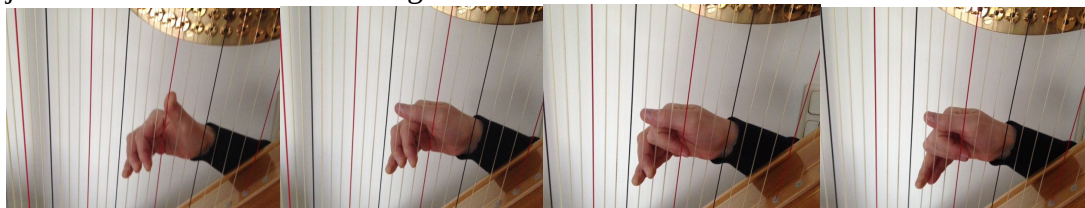
Door de handen apart te oefenen ben je echt bewust van de noten die beide handen moeten spelen. Grote akkoorden worden vaak met twee handen gespeeld. Dit zorgt ervoor dat je vingers automatisch de juiste greep pakken.

Als voorbeeld wil ik graag de akkoorden in het begin van de Impromptu van G. Fauré nemen, zie bijlage 1. Toen ik de handen apart van de akkoorden ging oefenen bleek echter vaak dat ik deze akkoorden op de automatische piloot speelde. Ik kon namelijk niet altijd terug halen of bovenin bijvoorbeeld de grondtoon of de terts lag. Dit was

met name in de linkerhand. De rechterhand heeft vaak de melodie waardoor deze makkelijker te onthouden is. Bij de linkerhand bleek dit lastig te zijn. Door dit te trainen heb ik gemerkt dat je zekerder wordt en tijdens concerten niet meer gaat twijfelen over de noten of liggingen van de akkoorden.

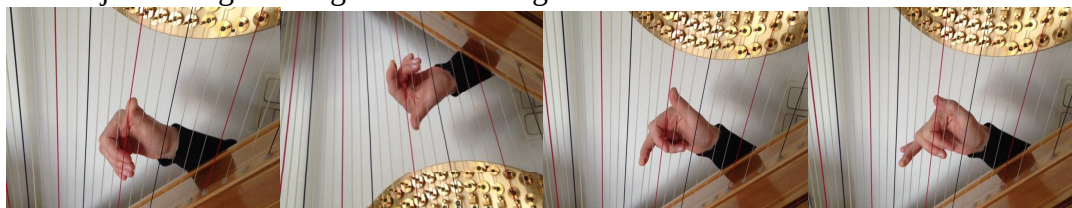
Détaché oefenen:

Détaché oefenen betekent dat je alle noten los van elkaar speelt met de juiste vingerzetting. Het lastige hiervan is dat je geen houvast hebt aan de grepen en de afstanden. Het is noodzakelijk om de noten afzonderlijk van elkaar te weten. De achtereenvolgende noten C, B, A, G, zou je gewoonlijk zo spelen. De noten bindt je dan aan elkaar. Zie afbeelding 6.



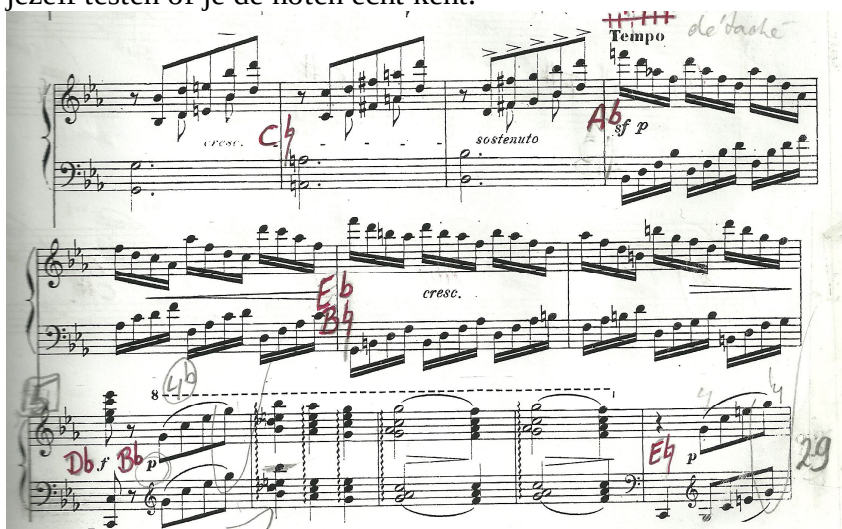
Afbeelding 6: De noten worden aan elkaar gebonden.

Als je dit met détaché oefent, bindt je de noten niet aan elkaar, maar je speelt ze wel met de juiste vingerzetting. Zie afbeelding 7.



Afbeelding 7: De noten zijn niet gebonden gespeeld, maar wel met de juiste vingerzetting.

Een voorbeeld van een plaats waar ik dit vaak bij oefen is in het derde deel van het Harpconcert in C klein van Henriette Renié, zie muziekvoorbeeld 1. De linkerhand en de rechterhand spelen een ander akkoord in tegenbeweging naar elkaar. Deze manier van studeren werkt goed bij uit het hoofd spelen. Op deze manier kun je jezelf testen of je de noten echt kent.



Muziekvoorbeeld 1: Een plaats waar détaché goed helpt bij het onthouden.

Grepen onthouden:

Dit is het motorische geheugen. Je wordt hier bewust van de grepen en de afstanden van de noten. Je bent hier niet bezig met de noten maar je traint het motorische geheugen.

Pedalen hardop noemen:

Speel de muziek en zeg de pedalen die je moet trappen hardop mee. Dit is vaak lastig, omdat er een extra moeilijkheid bij komt. Naast het spelen van de juiste noten en het trappen van de juiste pedalen, moet je bedenken hoe het pedaal heet wat je trapt. Vervolgens moeten je hersenen de juiste signalen doorgeven zodat het juiste woord hardop uitspreekt. Een goede oefening, want hetgeen waar het om draait wordt steeds makkelijker, omdat je moeilikere combinaties aan het trainen bent.

De muziek denken en de pedalen trappen:

Je gaat achter je harp zitten en je denkt de muziek die je moet spelen. Probeer het ook te voelen in je vingers. Dan trap je telkens de juiste pedalen op het juiste moment. Je kunt dit verder uitbreiden door bijvoorbeeld telkens op een andere plaats in te vallen met spelen.

Langzaam spelen:

Door de muziek erg langzaam te spelen haal je het uit zijn verband. Hierdoor wordt je uit de comfortabele zone gehaald. De muziek zal anders klinken als het langzaam gespeeld wordt. Kun je het langzaam, dan kun je het ook snel.

Mentaal studeren:

Ga in een stoel zitten en probeer de muziek in je hoofd te spelen.

Als je stukken mentaal goed kent, kun je het vaak ook motorisch aan. Het gaat er namelijk om dat je de bewegingen zo nauwkeurig mogelijk en in het juiste tempo voor te stellen⁶.

Route maken:

In het boek 'Het geheugenpaleis'⁷ worden verschillende manieren van onthouden beschreven. Een manier die ze beschrijven om bijvoorbeeld presentaties te onthouden is het maken van een route. Bedenk een route met verschillende kamers en koppel verschillende onderwerpen aan deze kamers.

Zo is het gemakkelijker om volgorde te onthouden.

Dit is ook belangrijk bij het maken van muziek. Vaak zullen er losse stukjes gestudeerd worden. Het is belangrijk om het geheel van het stuk niet over het hoofd te zien.

Een mogelijkheid hiervoor is het bedenken van een verhaal. Verschillende passages uit het stuk kun je koppelen aan onderwerpen uit het verhaal.

Dit helpt ook bij uit het hoofd spelen. Zeker bij stukken als 'Thema en Variaties' kan een verhaal of een route helpen om de juiste variaties achter elkaar te spelen.

⁶ Anton Sie - Studeren

⁷ Joshua Foer - Het geheugenpaleis, De Bezige Bij, Amsterdam 2012

2.3 Ervaringen:

Het afgelopen jaar heb ik me voorbereid op een concours. Ik heb ik elf stukken, waarvan er drie uit 3 delen bestaan, uit mijn hoofd moeten leren. Hier wil ik graag een aantal ervaringen over vertellen, die ik tegen kwam tijdens het studeren.

Het eerste stuk waar ik het over wil hebben is Rondo on Zitti, Zitti van G. Rossini. Bochsa heeft de opera van Rossini bewerkt voor solo harp. Het stuk ligt goed in het gehoor, maar technisch is het best lastig.

Het uit het hoofd leren van dit stuk ging vrij gemakkelijk.

Ik luisterde naar de melodieën en de harmonieën en vaak gingen mijn vingers direct al naar de juiste noten.

Een gevaar hierbij is, is dat je dingen over het hoofd gaat zien. Daarom heb ik telkens zeer nauwkeurig gecontroleerd of het klopte wat ik deed. Ik wilde bewust zijn wat ik deed. Ik heb de harmonieën geanalyseerd. Dit was nodig zodat ik de juiste V-I verbanden kon onthouden.

Ook heb ik verschillende loopjes aan de structuur kunnen onthouden.

Dit stuk is een voorbeeld van een werk waar de harmonie wel samen gaat met het bespelen van de harp. Doordat er geen ingewikkelde enharmonisaties in voorkomen, is het gemakkelijker om het op het gehoor te spelen.

Het was een ander pad toen ik met de Sonate per Arpa van A. Casella begon.

Na 3 weken hard studeren op het stuk voelde het telkens weer alsof ik de noten voor de eerste keer zag. Voordat mijn motoriek terug gevonden had hoe de loopjes ook alweer in elkaar zaten, was mijn energie op en moest ik pauze nemen. Dit had vaak als gevolg dat het probleem zich weer opnieuw voordeed. Zo bleef ik in deze cirkel.

Toen heb ik mezelf goed aangesproken. Ik constateerde dat er twee mogelijkheden waren.

1. Het stuk was te moeilijk voor mij
2. Ik moest het direct uit mijn hoofd gaan leren



Ik besloot om nog 1 week ervoor te gaan en optie 2 meteen in werking te zetten. Ik moest het stuk meteen uit mijn hoofd gaan leren. Lukte het na deze week nog steeds niet, dan moest ik toegeven aan optie 1. Die week heb ik niet harder dan eerst aan het stuk gewerkt. Het verschil was dat ik het stuk op een andere manier benaderde. Per maat, per noot. De noten namen benoemen, structuren analyseren en korte stukjes direct aan elkaar plakken. Alles direct uit het hoofd. Ik stopte elk noot direct in het juiste laatste van de categorieën in mijn geheugen bibliotheek.

Na die week kon ik het stuk helemaal doorspelen uit mijn hoofd.

Hier was ik erg blij mee. Ik besepte dat ik dit stuk op een andere manier aan moest pakken. Het stuk zelf werd er niet gemakkelijker op, maar de chaos in mijn hoofd

Afbeelding 8: Terug naar de bladmuziek werd opgeruimd.

Ik ben blijven werken aan het stuk, waardoor ik uiteindelijk op alle plaatsen kon beginnen, zonder er lang over na te moeten denken.

Het lastige aan dit stuk is dat er veel parallelle plekken in zitten. Deze heb ik veel naast elkaar geoefend en ik heb de verschillen geanalyseerd. Ik heb duidelijk passage A en passage B genoteerd in mijn hoofd. Dit zorgde ervoor dat ik niet meer de verkeerde afslag nam.

In een andere discipline heeft zich hetzelfde beeld voor gedaan.

In mijn vrije tijd vind ik het leuk om aan een website te bouwen. Lange tijd heeft dit stil gelegen, maar langzaam aan werd het toch tijd dat mijn website vernieuwd zou worden. Ik had hier hulp van een familielid voor gevraagd, omdat ik er telkens niet genoeg tijd voor had. Helaas had het familielid het ook erg druk, waardoor het er steeds niet van kwam. Toen heb ik mezelf aangesproken met de volgende vragen: Wat wil ik? En wat zal ik ervoor moeten doen om het doel te bereiken?

De antwoorden waren erg simpel. Antwoord 1: “Ja, ik wil een website.” Antwoord 2: Dan zal ik zelf alle moed en energie bij elkaar moeten rapen om deze website te bouwen.”

Ik heb ook meteen de keuze gemaakt om de website niet in een standaard web-bouw programma te maken, maar in geprogrammeerde computer taal. En met trots kan ik zeggen dat ik het doel heb bereikt. De website was binnen 2 weken af.

Hieruit kan ik concluderen dat ik ergens echt voor ga, als het dreigt te mislukken.

Een ander stuk wat ik uit mijn hoofd geleerd heb is The Lark van M. Glinka.

Oorspronkelijk geschreven voor zang en piano. Later door Balakirev bewerkt voor piano solo. De melodie keert een tweede keer terug met veel versieringen en technische loopjes erdoorheen.

In het begin heeft de linkerhand de begeleiding. Toen ik dit uit mijn hoofd ging leren vond ik het lastig om deze hand te onthouden. De melodie die de rechterhand heeft, kon ik makkelijker onthouden omdat deze goed mee te zingen is. In de melodie komen geen ingewikkelde pedalen voor, waardoor het goed vanuit het oor te vertalen is naar de harp. De linkerhand was anders. Hier had ik meer moeite mee. Geen extreem ingewikkelde pedaal combinaties, maar je moet ze wel even weten.

Ik heb dit op verschillende manieren uit mijn hoofd gestudeerd. Door de linkerhand te koppelen aan de melodie in de rechterhand, akkoorden analyseren.

Vervolgens heb ik de ligging van de akkoorden in de linkerhand geanalyseerd. Zit hier een structuur in? Tot slot heb ik de losse akkoorden aan elkaar gekoppeld. Wat zijn de relaties tussen de akkoorden. Die hielp ook meteen om het muzikaal beter te spelen. Door dit te weten gaf het me meer zelfvertrouwen tijdens het spelen.

Toch wilde ik nog een stap verder. Namelijk door het ook mentaal te studeren⁸. Ik ben in de stoel in mijn studeer kamer gaan zitten en heb mijn ogen gesloten. Per 4 maten probeerde ik mijn linkerhand voor te stellen. Precies de juiste beweging en het voelen van de afstanden tussen mijn vingers. Langzaam heb ik telkens deze groepjes aan elkaar geplakt. In het begin was het erg lastig, maar hoe verder ik kwam, hoe beter het ging.

Toen ik de linkerhand goed mentaal kon spelen, ben ik stuk voor stuk de rechterhand hieraan toe gaan voegen.

⁸ Anton Sie - Studeren

Deze methode kost veel tijd, maar het gaf me veel meer zelfvertrouwen als ik het stuk tijdens een concert speelde. Ik kon me volledig richten op de muziek, want ik kon vertrouwen op mijn motorisch geheugen en kennis.

Een onderdeel waar ik lang meer moeite mee heb gehad, is pagina 7 The Lark. Zie bijlage 2. Zoals u kunt zien is dit niet de mee ingewikkelde pagina.

Ook deze pagina heb ik op dezelfde manier gestudeerd. Ik moet wel zeggen dat dit langer duurde en het ook langer een zwak punt in het stuk is geweest.

Uiteindelijk heb ik het wel overwonnen.

2.4 De muziek vertalen naar het instrument:

Voor professionele musici zijn er drie onderwerpen van groot belang voor het onthouden van de muziek: solfège, harmonie en structuur⁹.

Deze drie onderwerpen zorgen ervoor dat het brein de muziek gemakkelijk kan onthouden en alles in de juiste categorie van de menselijke bibliotheek geplaatst kan worden.

Door solfège te gebruiken onthoudt het brein de melodie. Elke losse noot is nu verbonden aan een andere noot en kan zo makkelijker onthouden worden door de relaties met elkaar. Het brein hoeft deze melodie dan ‘alleen nog maar’ te vertalen naar het instrument, de motoriek dus. Dit klinkt gemakkelijker dan het daadwerkelijk is. Zeker op een harp. Zoals ik eerder besproken heb, komen hier de moeilijkheden van de harp naar boven. Doordat er motorisch gezien geen verschil zit tussen een f en een fis.

Dit geldt ook voor de harmonie. De losse noten vormen nu samen een harmonie. Door inzicht te hebben in de harmonie is het niet nodig om elke losse noot te onthouden.

Door bijvoorbeeld te weten dat het een C groot akkoord in C groot is, is het niet doodzakelijk om de losse noten C, E, G te onthouden. Deze zijn gerelateerd aan het C groot akkoord in C groot. Hier komt ook bij kijken dat harpisten goed bewust moeten zijn van hun pedaalstand.

Tot slot is de structuur van groot belang. Door de grote lijnen te weten, is het brein voorbereid op wat zal komen.

Om te voorkomen dat een musicus op de automatische piloot zal gaan spelen, zijn deze drie onderwerpen van groot belang om de muziek op te slaan in het brein.

Het is hier van groot belang dat de twee hersenhelften goed met elkaar samen werken.

Zoals ik eerder vertelde kan het voorkomen dat de samenwerking tussen de twee hersenhelften faalt, waardoor er een black-out kan ontstaan.

Belangrijk om een black-out te voorkomen en goed uit het hoofd te kunnen spelen is het ontwikkelen van een techniek die het ons gemakkelijk maakt de muziek te vertalen naar het instrument. Op een harp blijkt dit echter lastig doordat er niet direct een overzicht is, van de tonen waarover je beschikt. Je kunt aan een snaar in het eerste snelle opzicht niet zien of deze in de mol-, neutraal- of kruizen-stand staat. Als je dit een tweede keer controleert kun je hier achter komen door bijvoorbeeld naar de draaischijfjes in het mechaniek te kijken, of door met je voeten de stand van de

⁹ E. Voorhorst - How musicians use their brains, *Koninklijk Conservatorium Den Haag 2013*

pedalen te voelen. Dit kost echter tijd en zal minder snel werken dan als je alle tonen direct voor je hebt liggen die je kunt gebruiken (zoals bijvoorbeeld bij een piano).

Als een musicus uit het hoofd speelt is het belangrijk dat het brein niet te actief is. De muziek moet vloeien zoals men wel eens zegt. Het bewust zijn van de structuren en de analyses wordt een tweede natuur als het ware. Door tijdens het musiceren hier te veel mee bezig te zijn, kan het af gaan leiden van het doel waar het om draait: muziek maken.

Om dit te kunnen bereiken is het belangrijk om het geheugen structuur te geven. Door verbanden en connecties met elkaar te leggen, kunnen losse noten makkelijker worden onthouden. Het trainen van het geheugen gaat niet alleen om de juiste noot op de juiste tijd te spelen. Het is belangrijk om te weten wat deze noot betekent in de context, de harmonie, de melodie etc.

Door deze belangrijke punten paraat en georganiseerd in de bibliotheek te hebben kun je de muziek laten vloeien en zal het uiteindelijk een tweede natuur worden.

Er kan altijd een black-out optreden. Met behulp van bovenstaande, help je dit te voorkomen en kun je hier altijd op terug vallen.

Het helpt bij het zelfvertrouwen wat je moet ontwikkelen om boven het stuk te komen staan.

3. Het leren

Doordat het studeren uit het hoofd heel dicht bij het leren ligt, ben ik gaan zoeken wat er bekend is over dit onderwerp.

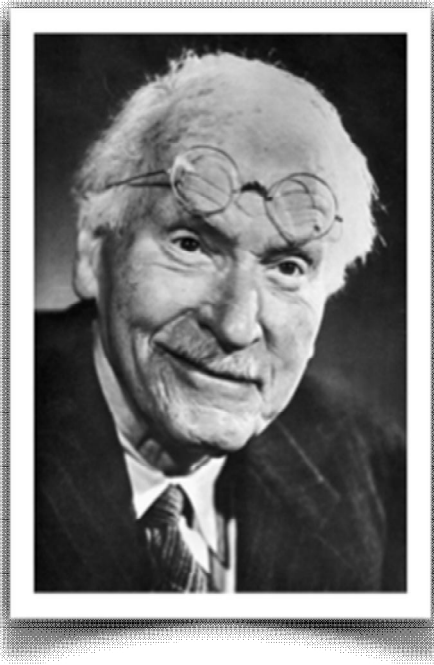
Tussen mensen zijn er verschillen in leerstijlen. Het is belangrijk je eigen leerstijl te kennen en hiervoor is o.a. het Belbin systeem ontworpen. Dit maakt gebruik van wat in de psychologie is beschreven als archetypes. Voor een goed beeld wil ik hier kort op ingaan.

In de filosofie komen de archetypes bij Descartes, John Locke en Immanuel Kant naar voren. Volgens Kant zijn het twee soorten intellect die zich in het menselijke verstand voordoen.

1. Intellectus ectypus: Dit gaat uit van het geleerde als een kopie of een afdruk van de werkelijkheid zelf. Wat zich in de werkelijkheid voordoet, vult het empirische verstand. Het zoekt het gemeenschappelijke in de verscheidenheid door abstractie en reductie.

2. Intellectus archetypes: Dit gaat uit van het geleerde als Platoonse ideeën. Platoonse ideeën zijn de oerbeelden die het (rationele) verstand vullen.

De filosofische vraag die hierbij komt is: “Hoe we de dingen die we menen te kennen, eigenlijk kennen”. Het is dus belangrijk om te weten vanuit welk soort verstand iemand denkt; empirisch of platonisch.



Afbeelding 9: Carl Gustav Jung
schaduw, de eeuwige jongeling, de boze geest en de held. Het zijn als het ware overgeleverde, functionele oerdrijfveren of 'ervaringsmodaliteiten', die de persoonlijkheid van de mens structureren.

De leerstijlen waar verschillende onderzoekers over spreken zijn allemaal gebaseerd op de archetypes beschreven door Carl Gustav Jung (1875-1961).

Archetypes zijn aangeboren mogelijkheden waardoor beelden de neiging hebben zich op een zelfde manier te ontwikkelen. Archetypes zijn onbewuste en universele ideeën patronen. Jung gebruikt deze archetypes als onderdeel van zijn analytische psychologie¹⁰. Hij vond dat het wezen van een persoonlijkheid, naast het persoonlijk bewustzijn voor het grootste gedeelte ook gevormd werd door het collectief onbewuste. Een epigenetisch overgeërfd deel van het onbewuste. Dat wil zeggen een psychisch gebied, dat volgens de leer van Jung gedeeld wordt door alle vertegenwoordigers van een ras of soort. Dus een onbewust gedeelte dat voor iedereen hetzelfde werkt. Deze archetypen benoemde Jung als begrippen zoals o.a. de

¹⁰ C.G. Jung - Archetype en onbewuste - Verzameld werk: Deel 2, Lemniscaat

Archetypen zijn mogelijkheden of neigingen om ons op een bepaalde manier te ontwikkelen. Volgens Jung drukken ze zich uit in beelden die veelvuldig te vinden zijn in onze dromen, maar evenzeer in sprookjes en mythen, en vormen het ervaringsmateriaal van elke religie.

Jung kijkt anders naar de psyche van de mensen dan andere dieptepsychologen uit zijn tijd. Zijn ontwikkelingspsychologie gaat er niet van uit dat de psyche van de mens een Tabula Rasa is. Met Tabula Rasa wordt bedoeld dat de psyche van de mens een schone lei heeft of een onbeschreven blad is bij de geboorte. Andere dieptepsychologen uit zijn tijd deden dat wel. Dit is dus een basisverschil in visie op het leren van de mens.

Jung zegt dat de archetypes los van de menselijke wil geactiveerd zijn. Het menselijke brein heeft dit nodig als compensatie als de psychische activiteit te eenzijdig is.

Het is niet in beeld of de uitdrukking zelf het archetype maakt. Het is namelijk een geheel van psychische energie. Een soort knooppunt in de psyche, dat verbonden is met het collectief onbewuste. Hierdoor wordt een concrete invulling vanuit het onbewuste mogelijk. Bij de geboorte vertoont het lichaam eenzelfde basisvorm. Zo is ook de psyche op een bepaalde wijze gestructureerd.

De gemeenschappelijke structuren van het collectieve onbewuste, de archetypen, zijn als het ware ingegroefd in de psyche van de mens. Dit is ontstaan door gelijkaardige ervaringen van alle mensen van alle tijden. Denk daarbij aan de instincten van dieren, waardoor zij op een zelfde manier zullen reageren op situaties.

Zo worden mensen door archetypen gedreven tot een automatisch gedachten- en gevoelspatroon.

Archetypen zijn een soort lege kaders, lege matrijzen, die vlees en bloed worden als ze opgeroepen worden en buiten ons geprojecteerd worden. Zo kunnen bepaalde mensen situaties, plaatsen en geuren net iets hebben dat het archetype wakker maakt.

Jung schrijft dat het archetype op zich niet bestaat. Het zegt dat het een soort blauwdruk van de mens en zijn leren is.

Volgens Jung hebben de mensen voorkeuren op vier gebieden:

- **Extraversie-Introversie:** Ben je naar binnen of naar buiten gericht?
- **Sensing-intuition:** Gaat je voorkeur uit naar feitelijke realistische informatie of naar intuïtieve globale informatie?
- **Thinking-Feeling:** Neem je beslissingen op objectieve en rationele gronden of op basis van subjectieve en persoonlijke gronden?
- **Judging-Perceiving:** Houdt je van een geordend gestructureerd leven of een spontaan en flexibel leven?

Kort samengevat zijn de vier gebieden: Denkkracht (hoofd), wilskracht (ziel), daadkracht (lichaam) en gevoel (hart).

Later hebben verschillende onderzoekers persoonlijkheid onderzoekinstrumenten gemaakt, gebaseerd op deze archetypes. Een van deze onderzoekers is Belbin. Hij heeft op basis van bovengenoemde vier gebieden de volgende persoonlijkheden uitgewerkt.

- Denkkracht: Plant, Monitor
- Wilskracht: Vormer, Voorzitter
- Daadkracht: Bedrijfsman, Brononderzoeker
- Gevoel: Zorgdrager, Groepswerker

Met behulp van Belbin's onderzoeksinstrument ga ik op zoek naar mijn persoonlijke leerstijl, om dit in relatie te kunnen brengen tot het efficiënt uit het hoofd kunnen studeren/spelen op de harp. Later zal ik hierop terug komen.

In de kijk op leren wordt er vrij algemeen van uitgegaan, dat er grote verschillen zijn bij het leren van jeugdigen en volwassenen¹¹.

J. Vermunt vat het begrip leerstijl van studenten breder op¹². Leerstijl is een samenhangend geheel van leeractiviteiten die studenten gewoonlijk ontplooiën. Het is de wijze waarop zij leerprocessen sturen, hun visie op leren, onderwijs en hun studiemotieven. Een leerstrategie is een combinatie van denkactiviteiten die mensen gebruiken om kennis te verwerven, te integreren en toe te passen. Kennis wordt opgevat als een mentaal model van verschijnselen die zich op het vakgebied voordoen. Onder leren wordt verstaan het ontwikkelen van een manier van denken en handelen, die kenmerkend is voor de wijze waarop deskundigen problemen op hun vakgebied aanpakken.

Daarnaast spreekt Vermunt ook over een breder kader dan alleen de eerste leerstijl. De eerste leerstijl is hoe iemand gewoonlijk te werk gaat bij het leren en studeren. De bredere betekenis omvat naast de leerstijl, de gewoonlijk gebruikte studieactiviteiten, ook de leeropvattingen en studiemotieven van de student. Dit herken ik in mijn conservatorium opleiding, waarbij steeds gezegd wordt: 10% talent en de rest is doorzettingsvermogen en motivatie.

Met leerstijl wordt het samenhangend geheel van leeractiviteiten, leermotieven en leerconcepties bedoeld, dat karakteristiek is voor een bepaalde student op dat moment.

De gebruikelijke manier van leren heeft niet alleen betrekking op het verweken van de leerstof, maar ook op de wijze waarop deze verwerking wordt gestuurd.

Deze sturing kan vanuit de leerling zelf worden verricht; dit is zelfgestuurd leren.

Daar tegenover staat leren gestuurd vanuit de omgeving; dit is extern gestuurd leren.

Studenten blijken ook te verschillen in de wijze waarop ze gewoonlijk hun leerproces (laten) sturen¹³.

Er worden verschillende metacognitieve sturingsactiviteiten genoemd:

- oriënteren op een leertaak
- plannen van het leerproces
- in de gaten houden of het leren verloopt zoals men zich dat had voorgesteld (procesbewaking)
- toetsen van leerresultaten
- diagnosticeren van de oorzaak van het niet (snel genoeg) bereiken van de leerdoelen
- bijsturen van de leeractiviteit
- evalueren van het leerproces
- reflecteren op leren, onderwijs, leeractiviteiten en dergelijke in het algemeen

Onderzoek naar zelfregulatie heeft uitgewezen dat studenten van elkaar verschillen in de mate waarin en de manier waarop ze deze activiteiten zelf gebruiken. Het kan ook

¹¹ Vermunt P.R. Simons – Leerstijlen van studenten in het hoger afstandsonderwijs

¹² J. Vermunt - Leerstijlen en sturen van leerprocessen in het hoger onderwijs, Amsterdam/Lisse, 1992

¹³ Simons en Vermunt - Rasenberg, Gresnigt & van der Klauw 1987

zijn dat ze van docenten verwachten dat die deze activiteiten hanteren om controle uit te oefenen over hun leerprocessen.

Vermunt geeft 3 sturingsprocessen aan:

- Zelfsturing
- Externe sturing
- Stuurloosheid.

Bij mijzelf merk ik dat de laatste jaren van mijn Bacheloropleiding en Master opleiding steeds meer zelfsturing inzet in plaats van de externe sturing (Docenten). Stuurloosheid herken ik niet bij mijzelf.

Uit alles wat ik over leerstijlen gelezen heb, ontdekte ik dat er vrij weinig op wetenschappelijk niveau bekend is over de leerstijl gekoppeld aan het uit het hoofd leren spelen op de harp.

Daarom wil ik de volgende vragen voor mijzelf gaan beantwoorden:

- Wat is mijn persoonlijke leerstijl?
- Wat kan ik inzetten om meer efficiënt en opbrengstgericht te kunnen studeren?
- Hoe kan ik stagnaties in het leren opheffen?
- Hoe kan ik ratio inzetten als emoties de overhand krijgen bij het leren?

4. Mijn persoonlijke leerstijl

Door alle informatie die ik hierboven beschreven heb, ben ik gaan zoeken de mogelijkheden om inzicht te krijgen in mijn persoonlijke leerstijl.

Ik heb Dhr. Drs. J. Boogaars van *InterExpert* benaderd om hier meer over te weten te komen en naar een manier te zoeken om dit in gang te zetten.

Samen hebben we enkele onderzoeksinstrumenten bekeken zoals: MBTY, Human Dynamics¹⁴, Big Five, 360 graden Feedback en Belbin.

Als onderzoeksinstrument is heb ik Belbin gekozen. Belbin is een wetenschappelijk onderbouwd instrument en is duidelijk weergegeven.

Ik wil inzicht krijgen vanuit welk archetype ik reageer. Op deze manier hoop ik te er achter te kunnen komen wat voor mij goed en minder goed werkt bij uit het hoofd studeren op de harp.

Het onderzoeksinstrument Belbin is gemaakt door de Britse wetenschapper Dhr. Meredith Belbin (4 juni 1926).¹⁵ Hij heeft onderzoek gedaan naar de effectiviteit van managementteams. “Nobody is perfect, but a team can be”.

Als harpiste ben je altijd verantwoordelijk voor jouw aandeel. Bij het uit het hoofd spelen op een harp ben je zelf de enige die verantwoordelijk is. Er is niemand die je hier in aan kan vullen. Belbin beschrijft heel goed je sterke kanten en je schaduwzijden.

Ik denk dat als je bewust bent van je sterke en zwakke kanten, dit kan helpen bij het uit het hoofd spelen.



Afbeelding 10: Dhr. Meredith Belbin

Belbin heeft de volgende werkwijze:

1. Invullen van een zelfperceptielijst (Lijst A)
2. Invullen van inschattingsformulier voor observatoren (Lijst B)
3. Verwerking van de scores door Dhr. Drs. J. Boogaars
4. Uitleg van uitkomst onderzoek door Dhr. Drs. J. Boogaars
5. Toepassen van uitkomst Belbin in zelfevaluatie

De zelfperceptielijst (Lijst A) bestaat uit een aantal vragen met elk 10 mogelijke antwoorden. Over deze 10 antwoorden mag je in het totaal 10 punten verdelen. Je moet antwoorden kiezen, die het beste bij jezelf passen. (Bijvoorbeeld 10x1, 5x2, 1x10, 8 en 2 etc.)

In bijlage 3 kunt u zien welke antwoorden ik gekozen heb.

Als tweede is het nodig om 4 personen te vragen om de observatielijst (Lijst B) over jou in te vullen. Dhr. Drs. J. Boogaars adviseerde me om hier personen voor te vragen uit verschillende hoeken. Dit geeft een breder beeld over jezelf.

Zo heb ik 2 personen gevraagd die mij kennen vanuit de harp en 1 persoon die mij kent vanuit het werken bij het Theater aan de Parade te 's-Hertogenbosch als

¹⁴ S. Seagal en D. Horne - Human Dynamics, Samen leven, samen werken, 1998

¹⁵ Belbin R.M. Management teams, Why they succeed or fail – Heineman London 1984

horecamedewerker (Dit is mijn bijbaan sinds 2008 – heden. Hier heb ik ook een leidinggevende functie.) Tot slot heb ik 1 persoon gevraagd die mij heeft gecoacht met het geven van balletlessen, harplessen en presentaties. Het is de bedoeling dat ze streepjes achter de woorden zetten die op mij betrekking hebben. Als het gekozen woord zeer op mij van toepassing is, mogen er 2 streepjes ingevuld worden.

Dhr. Drs. J. Boogaars heeft de gegevens geanalyseerd en heeft me de uitkomsten uitgelegd.

4.1 De teamrollen van Belbin:

Allereerst is het belangrijk om de verschillende teamrollen te bekijken. Belbin heeft de volgende teamrollen verdeeld¹⁶:

Overzicht		
Teamrol	Sterke punten:	Schaduwzijden:
Voorzitter	Natuurlijke coördinator, verheldert bedoelingen gericht op besluitvorming. Straalt vertrouwen uit.	Niet noodzakelijkerwijs het meest intelligente of creatieve teamlid.
Vormer	Gedreven, wilskrachtig, gericht op resultaat. Biedt het team, een uitdaging om aan te werken.	Opvliegend, voelt zich gauw uitgedaagd.
Plant	Creatief, verbeeldingskracht, vernieuwend. Verzint oplossingen voor complexe problemen	Zwak in communicatie en leidinggeven aan ‘gewone’ mensen.
Monitor	Bedachtzaam, weloverwogen analyse, verstandelijk, kritische instelling. Oordeelt juist.	Voorzichtig, niet in staat anderen te inspireren.
Brononderzoeker	Contactgericht, enthousiast, ontdekt kansen. Legt gemakkelijk contacten, heeft vele relaties.	Raakt snel verveeld.
Bedrijfsman	Gedisciplineerd, betrouwbaar, conservatief, efficiënt. Zet besluiten om in concrete werkzaamheden.	Weinig flexibel ten aanzien van nieuwe ideeën.

¹⁶ Belbin Teamrol Rapportage – InterExpert, januari 2014

Groepswerker	Meegaand, vriendelijk, gericht op sfeer creëren. Luistert, probeert conflicten te voorkomen.	Weifelend als het er op aan komt.
Zorgdrager	Nauwgezet, perfectionistisch, punctueel, kwaliteitsbewaker. Zintuig voor gevaar.	Tobberig. Moeite met delegeren.
Specialist	Toegewijde vakman, solist. Biedt gespecialiseerde kennis op specifiek vakgebied.	Weinig inbreng buiten de expertrol.

Tabel 1: Overzicht sterke punten en schaduwzijden van de teamrollen¹⁷

Om deze rollen op de persoon te betrekken, worden ze in 3 categorieën verdeeld.

1. Natuurlijke rollen
2. Mogelijke rollen
3. Beter te vermijden rollen

4.2 Resultaten zelfperceptielijst:

Na aanleiding van de zelfperceptielijst die ik ingevuld heb, kunnen voor mij de rollen binnen deze 3 categorieën als volgt worden verdeeld.

Natuurlijke rollen:

Uit het onderzoek blijkt dat ik mezelf goed kan herkennen de rol van Plant, Zorgdrager en Specialist. Deze rollen voelen als natuurlijk en gaan als het ware vanzelf.

De rol van Plant herken ik bij mezelf door mijn creativiteit kwijt te kunnen. Dit uit zich bijvoorbeeld in het musiceren, maar ook met het maken van websites en het bedenken van foto's. Ook blijf ik graag ontwikkelen.

Doordat ik graag op de details let, past de rol van Zorgdrager ook goed bij mij. Als musicus vind ik het belangrijk dat je over een ruime kennis van je vakgebied beschikt. Ik ben erg geïnteresseerd in alles wat met de harp te maken heeft. Hierdoor is in het onderzoek te zien dat ik mezelf ook als Specialist zie. Hier zitten echter nog wel wat haken en ogen aan, waar ik later op terug zal komen.

Mogelijke rollen:

Rollen waar ik mezelf in thuis kan voelen zijn Bedrijfsman/-vrouw, Brononderzoeker, Monitor, Vormer en Groepswerker.

Discipline en betrouwbaarheid zijn eigenschappen van de Bedrijfsman/-vrouw waar ik mezelf in herken. Ook ben ik gericht op het resultaat, wat bij een Vormer past.

¹⁷ Belbin Teamrol Rapportage (Overzicht sterke punten en schaduwzijden van de teamrollen) – InterExpert – Januari 2014

Beter te vermijden rollen:

Ik zie mezelf niet snel in de rol van een Voorzitter. Zoals in bijlage 4 te zien is zit ik aan de positieve kant van de “Beter te vermijden rollen”. Dhr. Drs. J. Boogaars vertelde me dat je kunt groeien in deze rollen. Als je op dit moment deze rol niet bij je past, kun je jezelf wel ontwikkelen, zodat je hier beter mee om kunt gaan.

In het onderzoek staat ook de afkorting DR¹⁸. Dhr. Drs. J. Boogaars vertelde me dat dit eigenlijk meer voor hem bedoeld is. Dit geeft namelijk aan of je wenselijke antwoorden geeft. Als je hier hoog op scoort, zal het Belbin onderzoek ongeldig worden verklaard en moet het opnieuw ingevuld worden.

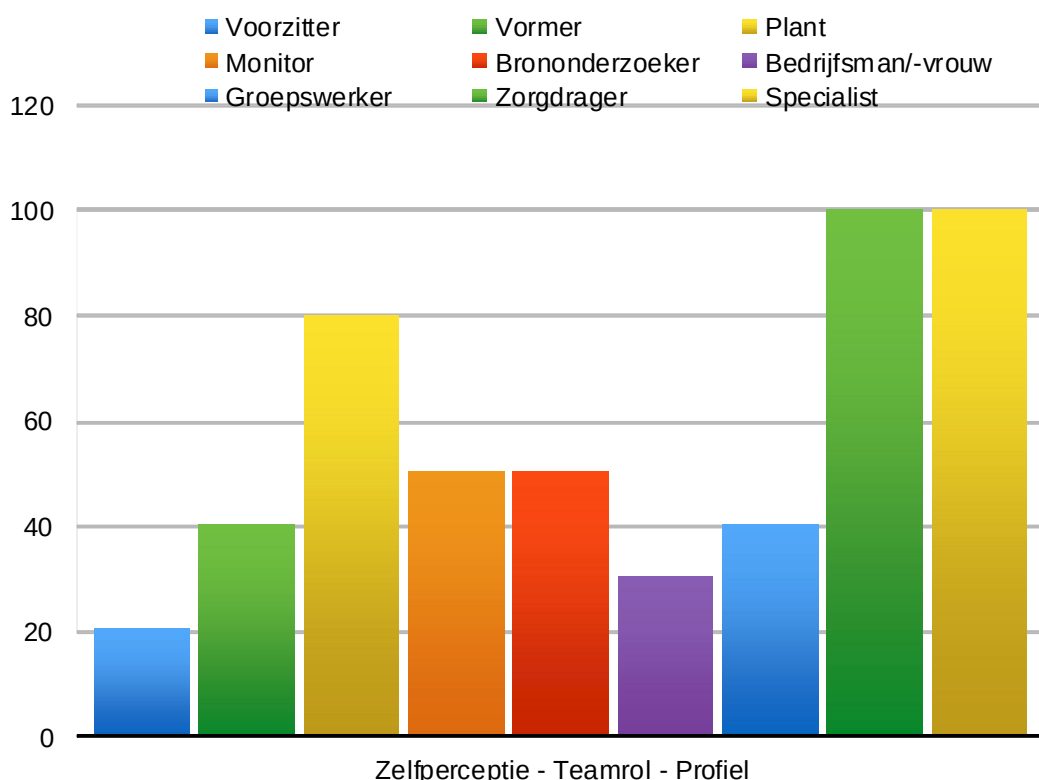
Bovenstaande gegevens zijn de uitkomsten van de zelfperceptielijst. Deze gegevens geven weer hoe ik naar mezelf kijk.

Hierop gebaseerd kunnen de teamrollen in een volgorde worden gezet beginnen met de rol die het beste bij mij past.

1	2	3	4	5	6	7	8	9
Zorgdrager	Specialist	Plant	Brononderzoeker	Monitor	Groepswerker	Vormer	Bedrijfsvrouw	Voorzitter

Tabel 2: Volgorde na aanleiding van zelfperceptielijst.

Om de resultaten straks makkelijker te vergelijken en snel een overzicht te hebben, heb ik ze in een figuur gezet. Zie figuur 1 voor het overzicht van de teamrollen wat blijkt uit de zelfperceptielijst.



Figuur 1: Zelfperceptie – Teamrol – Profiel

¹⁸ Belbin Teamrol Rapportage Emilie Bastens (Zelfperceptie – Teamrol – Profiel) – InterExpert, Januari 2014

4.3 Resultaten inschattingsformulier door observatoren:

Nu de resultaten van de zelfperceptielijst besproken zijn, kan er gekeken worden naar het tweede onderdeel van de Belbin: Het inschattingsformulier voor observatoren (Lijst B). Hier zijn de volgende gegevens uitgekomen.

Uit het karakter profiel¹⁹ citeer ik:

“Over het algemeen beschouwd als iemand met oog voor detail, gedisciplineerd, enthousiast, vriendelijk, en opmerkzaam. Heeft een welwillende en inschikkelijke houding.”

“Een bruikbaar persoon voor elk bedrijf.”

“Heeft een waakzaam oog voor details.”

“Werkt zeer precies en met hoge kwaliteitsnormen. Vol zorg dat de zaken niet fout kunnen lopen. Meer dan gemiddeld niveau van zelf-organisatie en –controle.”

Hieronder staan een aantal woorden die het meeste zijn gekozen door de observatoren. De gehele lijst kunt u in bijlage 7 en 8 vinden.

Woord:	Score:
Vriendelijk	6
Iemand met oog voor detail	5
Gedisciplineerd	4
Opmerkzaam	4
Enthousiast	4
Diplomatiek	3
Onzeker van zichzelf	3
Risico mijdend	3
Faalangstig	3
Prestatiegericht	3

Tabel 3: Uitkomsten observatielijst voor observatoren

4.4 Verschillen en overeenkomsten:

Door de resultaten van de zelfperceptielijst en de inschattingslijsten voor observatoren samen te voegen, kan er een duidelijk beeld worden geschetst hoe ik in elkaar zit. Niet alleen de manier waarop je naar jezelf kijkt is van belang, ook van belang is hoe je over komt bij andere mensen.

Door het samenvoegen van deze resultaten, is het volgende naar boven gekomen.

Uit het profiel t.b.v. consultgesprek²⁰ citeer ik:

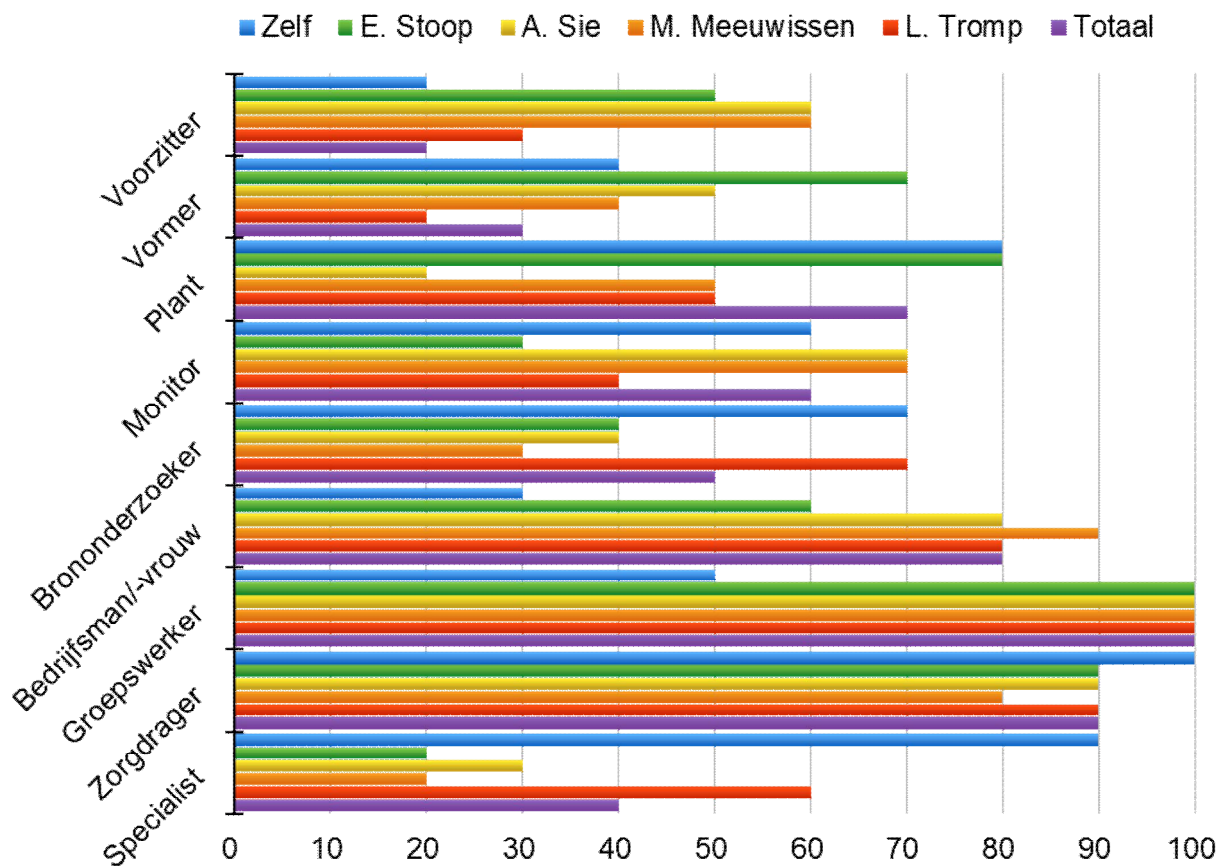
¹⁹ Belbin Teamril Rapportage Emilie Bastens (Karakterprofiel) – *InterExpert*, Januari 2014

²⁰ Belbin Teamril Rapportage Emilie Bastens (Profiel t.b.v. consultgesprek, pagina 4) – *InterExpert*, Januari 2014

“U houdt er niet van om mensen teleur te stellen en daarin legt u hoge kwaliteitsnormen aan uzelf op. U werkt het best in een teamsituatie, waarin wederzijdse steun en aanvulling van belang is.”

“Als u functies voor uzelf moet afwegen, besteed dan aandacht aan de sfeer en aan de teamgeest. Persoonlijke rivaliteiten en assertieve collega’s zullen u (wellicht meer dan andere mensen) storen; en als deze zorg in u teveel gaan rondzingen. Kijk daarom uit naar praktisch ingestelde collega’s en medewerkers, die hun werk met plezier en vakmanschap doen.”

Als ik de inschattingslijst en de zelfperceptielijst vergelijk, zijn er een aantal opvallende elementen. Zie bijlage 9 voor het overzicht en vergelijkingen. Om de scores voor mezelf duidelijk te maken heb ik de in een grafiek gezet. Zie figuur 2.



Figuur 2: Belbin totaal resultaten

Alle observatoren zien een Groepswerker als nr. 1 rol in mij. Zelf zet ik deze rol op de 6^e plaats. Dit komt misschien omdat ik dit, met het doel in het achterhoofd waarvoor dit onderzoek bedoeld is, niet het belangrijkste onderdeel in mijn vakgebied vind. Ik kan me goed aanpassen in verschillende situaties, dat heb ik vaker ervaren. Ondanks dat ik in eerste instantie niet het gevoel had dat dit een belangrijk punt bij uit het hoofd spelen is, ben ik toch erg blij dat deze rol hoog naar boven komt.

Het is als musicus erg belangrijk om goed met verschillende mensen om te kunnen gaan. Denk bijvoorbeeld aan docenten. Geen enkele docent is hetzelfde en daardoor kun je zoveel van hen leren. De steun en het vertrouwen wat je van hen krijgt is een belangrijk onderdeel bij het zelfvertrouwen. Met een open houding zullen meer mensen bereidt zijn je te helpen op het pad naar je doel toe. Bovendien blijkt uit het onderzoek dat ik ook een Zorgdrager ben, wat inhoudt dat ik erg gevoelig ben voor sfeer. Verloopt de communicatie stroef, dan voel ik me niet prettig en zal ik minder goed functioneren.

Zelf zie ik op de 3^e plaats in mezelf een Plant. Alleen E. Stoop, mijn harpdocent, scoort hier hetzelfde op. Bij de andere observatoren heeft de Plant een lagere positie, waardoor het in het totaal een langere positie heeft. Het creatieve uit zich in de muziek. Maar het heeft ook te maken met het zoeken naar vernieuwingen. Bij de schaduwzijde van de Plant staat dat deze personen het lastig vinden om leiding te geven aan “gewone” mensen. Hier zie ik een link naar mijn harpspel, waar ik later op terug zal komen.

Op de rol van Zorgdrager scoor ik hoog. Zowel bij de observatoren als in de zelfperceptielijst. Als Zorgdrager heb je oog voor detail en ben je perfectionistisch. Dit uit zich eigenlijk in alles wat ik doe. Ik doe er liever iets langer over met een goed resultaat, dan snel met een resultaat wat het net niet is. Daar komt ook bij kijken dat ik moeilijk dingen uit handen kan geven, wat in het voordeel kan werken bij uit het hoofd spelen. Ik ben de enige die het kan doen. In een teamverband moet ik hier wel rekening mee houden. Het kan ook juist goed zijn om taken aan anderen over te laten. Leuk om te zien dat alle observatoren een Zorgdrager in mij zien.

Het verschil in resultaten van de Vormer wil ik ook graag aankaarten. Zelf zet ik deze rol niet hoog, namelijk op nr. 7. Bij de twee harpisten scoor ik hier beide hoger op.



Afbeelding 11: De koningspinguïns
omdat ze toch echt eerst de koningspinguïns in de dierentuin wilt gaan bekijken en niet naar de apen wilt. De betekenis van eigenwijs gaat om het doel wat je voor ogen hebt en hier met de volle 100% voor wilt gaan.

Een Vormer is gedreven, wilskrachtig en gericht op resultaat. Hiermee valt een hoop op zijn plaats. Mijn harpdocent E. Stoop zegt al jaren dat ik eigenwijs ben. Lang heb ik dit niet begrepen, omdat ik mezelf helemaal niet eigenwijs vind. Nu komt die gedrevenheid en wilskracht naar boven in de Belbin. Ik weet wel dat ik sta wel voor hetgeen wat ik wil bereiken en daar ben ik dan lastig van af te brengen. De betekenis van eigenwijs gaat hier dan ook niet om het kleine meisje van 2 De jaar wat stampvoetend staat te huilen

Tot slot zeg ik dat ik me als een Specialist zie. De observatoren zien dit helemaal niet in mij. Ik vroeg me af hoe dit komt. Dhr. Drs. J. Boogaars vertelde me dat hij begreep waarom de Specialist niet hoog bij de observatoren naar boven komt. Een Specialist is iemand die je meteen herkent in een team. Deze persoon is vaak teruggetrokken en is

heel erg gericht op een onderdeel. Deze persoon weet hiervan alles tot in de details. Hier is hij een expert in, maar daarbuiten heeft deze persoon weinig inbreng. Het is de enige rol die buiten het team staat²¹.

In de korte tijd die Dhr. Drs. J. Boogaars mij gezien heeft, ziet hij in mij ook geen specialist. Daar ben ik te breed voor. Zelf heb ik de rol van Specialist anders geïnterpreteerd. Ik heb het meer benaderd vanuit de harpistische kant. De kennis van het instrument en kennis over muziek. Daarnaast zijn er meerdere onderdelen waar ik geïnteresseerd in ben en richt me niet alleen maar hier op. Daarom wil ik hier verder niet te veel op in gaan.

De totaal volgorde is:

1	2	3	4	5	6	7	8	9
Groepswerker	Zorgdrager	Bedrijfsman/-vrouw	Plant	Monitor	Brononderzoeker	Specialist	Vormer	Voorzitter

Tabel 4: Volgorde na aanleiding van zelfperceptielijst en inschattinglijst voor observatoren

4.5 Ben bewust van je positieve en negatieve kanten:

In bijlage 10 kunt u zien hoe ik functioneer in de positieve en negatieve kanten bij elke teamrol.

Bij de Groepswerker heb ik een grote uitschieter naar de positieve kant. Dit betekent dat ik vriendelijk en gericht op sfeer ben. Ook bleek uit het karakter profiel²² dat ik goed kan luisteren.

Daarnaast zit ik bij de groepswerker ook aan de negatieve kant. Soms kan ik het lastig vinden om mijn mening te zeggen in een grote groep. Ik wil de relatie goed in stand houden. Toch kan het juist goed zijn om een ander standpunt aan te kaarten.

Wat ook op valt is de uitschieter naar de negatieve kant van de Zorgdrager.

In tabel 1 staat dat dit “tobberig” en “moeite met delegeren” betekent. Dit houdt ook in dat ik in een omgeving waar veel mensen zijn die graag het hoogste woord hebben ik mezelf terug ga trekken. Dhr. Drs. J. Boogaars noemde dit ellebogenwerk. Dit zorgt ervoor dat ik aan mezelf ga twijfelen en minder goed zal functioneren. Dit is een punt waarbij ik op moet passen. De kans is namelijk aanwezig dat ik hierdoor minder goed zal functioneren en presteren.

4.6 Zelfevaluatie met betrekking op het studeren van de harp:

Nu ik de resultaten van de Belbin goed bekeken en geanalyseerd heb, wil ik gaan kijken hoe ik deze gegevens terug kan koppelen aan mijn harpspel.

Wat staat er nu eigenlijk echt en hoe uit zich dit bij het studeren van de harp? Hoe kunnen deze gegevens mij helpen bij het uit het hoofd spelen op de harp?

²¹ Belbin Team Roles, InterExpert, januari 2014

²² Belbin Teamril Rapportage Emilie Bastens (Karakterprofiel) – InterExpert, Januari 2014

Allereerst wil ik gaan kijken naar de Plant. Zoals eerder genoemd zijn de sterke kanten van de Plant de creativiteit en vernieuwing. Graag wil ik ook naar de schaduwzijde kijken → “Zwak in communicatie en leidinggeven aan ‘gewone’ mensen”.

Dit heeft me aan het denken gezet; wat staat er nu eigenlijk?

Met name het ‘gewone’ valt erg op. Als het niet interessant genoeg is, haakt de Plant af en zal geen moeite doen en energie verspillen om te proberen het toch voor elkaar te krijgen.

Opeens viel het kwartje. Dit herken ik regelmatig in mijn spel. Moeilijke stukjes pak ik redelijk snel op en met relatief eenvoudige maten kan ik de grootste moeite hebben. Ik beschreef eerder bij ervaringen, dat ik veel moeite had om de ‘makkelijke’ pagina van Glinka’s The lark uit het hoofd te leren. Nu begrijp ik waarom ik hier moeite mee had. Het is niet de meest moeilijke pagina, dus denkt het onderbewuste in mij dat het niet interessant genoeg is. Daarom vind ik het lastig om er aan te werken en kan ik het moeilijk onthouden. Ook zal mijn concentratie sneller afdwalen, waardoor ik makkelijker fouten zult maken. Mijn onderbewuste heeft dan ‘geen zin’ om hier mijn tijd aan te besteden.

Ik heb het stuk eerder met bladmuziek uitgevoerd. Dan had ik minder moeite om deze makkelijke pagina goed uit te voeren. Ik kon namelijk afkijken in de bladmuziek. Bij het uit het hoofd spelen moet ik me er dus goed bewust van zijn dat ik vanuit dit archetype meteen onbewust een selectie zal maken van A. Interessant en B. Niet interessant. Hoe hard ik ook op de niet interessante stukjes zal studeren, de kans zal er zijn dat mijn gedachte af zullen dwalen en de concentratie verdwijnt.

Sinds ik me hier goed bewust van ben, merk ik verbetering bij het studeren en uitvoeringen. Door bewust te zijn van de plaatsen die in de categorie B: Niet interessant vallen, kan ik ervoor zorgen dat ik de juiste concentratie heb bij deze stukjes. Waardoor ik zekerder zal presteren.

Ook helpt het met het studeer proces te versnellen.

Als Groepswerker ben ik gericht op sfeer creëren en relaties in stand houden. Aan de ene kant positief, maar het kan er ook voor zorgen dat ik weifelend ben als het er op aan komt. Dit loop nauw over in de Zorgdrager. Ik wil graag contacten goed onderhouden en dit kan ervoor zorgen dat ik mezelf weg cijfer of naar de achtergrond plaats als bijvoorbeeld veel mensen aanwezig zijn die zichzelf op de voorgrond zetten. Dit kan ik heel goed terug koppelen aan mijn spel.

Een goed voorbeeld hiervoor heeft te maken met het concours waar ik in de zomer van juli 2013 aan deelgenomen heb. Het was de 9^e editie van The USA International Harp Competition in Bloomington, Indiana USA, waar veel goede en jonge harpisten heen komen. De studeer ruimtes waren erg gehorig, waardoor ik kon horen dat andere deelnemers voor mijn deur met elkaar stonden te praten. Hierdoor kon ik me minder goed concentreren, omdat ik me druk aan het maken was over wat ze van mijn spel zouden vinden. Ik durfde niet te vragen of ze ergens anders wilden gaan staan. Ze deden niets fout en ik wilde de relatie goed houden.

Hier heb ik natuurlijk helemaal niets aan. Het gaat ten koste van de kwaliteit van mijn spelen, omdat ik niet gefocust meer ben. En daarnaast verlies ik kostbare studeer tijd. Meer dan bij andere concerten kwam dit gevoel naar boven. Ik schrok ervan dat ik zo reageerde. Ik heb me voorgenomen dat ik beter voor mezelf op moet komen en me in zo’n situatie niets van de anderen aan moet trekken.

Zo soleerde ik in november 2013 met orkest. De dirigent wilde persé dat ik voor mijn solo stuk in een ander stuk de harppartij mee wilde spelen. Een andere optie was dat iemand anders deze partij op mijn harp uit zou voeren.

Ik was het hier helemaal niet mee eens, omdat dit ten koste zou gaan van de energie en concentratie die ik had nodig had voor mijn soloconcert. Daarnaast word ik ook uit mijn concentratie gehaald als 5 min voordat ik een soloconcert moet spelen, iemand anders op mijn harp moet spelen. Ik wil mijn instrument dan bij me hebben en ik laat sowieso niet graag zomaar iemand op mijn instrument spelen.

In eerste instantie heb ik hier niets van gezegd, waardoor ik me in mezelf druk ging maken over hetgeen wat voor gevallen was. Mijn prestatie leed eronder en toen heb ik heel hard “STOP” tegen mezelf gezegd. Dit was het punt waar ik trouw aan mezelf moest blijven.

Ik heb gezegd hoe ik hierover dacht en dat ik dit niet wilde. Ondanks aandringen heb ik volgehouden aan mijn standpunten. Ik heb hier duidelijk voor mezelf gekozen en zowel tegen de negatieve kanten van de Groepswerker en Zorgdrager gevochten. Het resultaat: De dirigent begreep me en mijn prestaties waren op het juiste niveau.

Tot slot wil ik de Vormer naar boven halen. Ondanks dat deze teamrol niet hoog in het eindresultaat staat, wil ik hier toch naar kijken. Doordat ik bij beide harpisten hier hoger op heb gescoord, heeft het me aan het denken gezet. Een Vormer is niet alleen gedreven en wiskrachtig, maar is ook gericht op resultaat. Dit laatste herken ik ook bij mezelf.

Ik ben erg gericht op het resultaat en dit helpt me niet altijd even goed bij het studeren.

De kans bestaat namelijk dat ik hierdoor de weg naar het doel toe, vergeet. Dit keert ook regelmatig terug bij het uit het hoofd studeren. Ik kan blijven hangen in de gedachte “Maar ik kan het nog steeds niet en ik wil dat het zo zal worden en dat bereik ik nooit”. Het kan dan even duren voordat ik beseft dat ik op deze manier denk. Als ik me hier bewust van ben, kan ik mezelf beter herpakken om door te zetten en stappen te zetten die nodig zijn om het doel wel te bereiken.

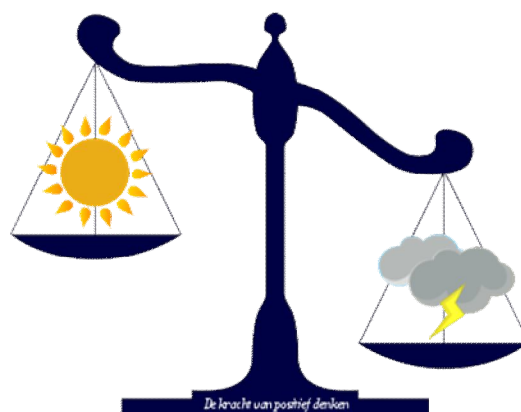
De Zorgdrager heeft in zich dat deze persoon zich snel terug zal trekken als het zogenoemde ellebogenwerk naar voren treedt. Ik ben me hier heel bewust van omdat ik dit erg herken in mezelf. De heeft ook alles te maken met de randvoorwaarden waar mijn harpdocente E. Stoop het vaak over heeft. Die randvoorwaarden moet ik inderdaad niet nodig hebben om goed te kunnen presteren. Ik moet voor mezelf kiezen en me niet laten leiden door de omgeving.

Juist bij het uit het hoofd spelen moet je alle energie en concentratie in het spelen stoppen. Het is al moeilijk genoeg en hier is absoluut geen ruimte voor afleidende zaken.

Dit is een punt waar ik aan zal moeten werken. Vanuit mijn persoonlijke leerstijl zal mijn eerste ingeving altijd reageren vanuit de Zorgdrager.

Door hier bewust van te zijn, kan ik het gaan herkennen. Zo kan ik de keuze maken wat ik ermee wil doen. Laat ik over me heen lopen of kies ik voor mezelf.

En ik kan u zeggen, dat ik steeds vaker voor mezelf kies.



Afbeelding 12: Positief denken

Hoe goed je op de technische manieren uit het hoofd zult studeren, bestaat er altijd de kans dat je vanuit je eerste archetypes zult reageren. Door hier meer inzicht in te krijgen en je sterke en zwakke kanten op de juiste manier te gebruiken zal je spel zekerder worden, zodat je je over kunt geven aan de muziek.

Samenvattend op het gedachte goed van Jung, kan ik het volgende zeggen:

Introversie: Ik ben meer naar binnen gericht. Wanneer ik in een flow speel, krijg ik energie.

Intuition: Als ik ergens aandacht aan besteed, met het verzamelen van informatie, gaat mijn voorkeur uit naar globale intuïtieve informatie. Dus voor het echte studeren kan ik beter de knop omzetten en de rationele stappen volgen.

Feeling: Als ik beslissingen maak, doe ik dat in eerste instantie op basis van mijn subjectieve en persoonlijke gronden. Dit zijn de muziekstukken die me raken en waar ik dan voor wil gaan.

Perceiving: Mijn leven gaat in een flow en dat volg ik spontaan en flexibel om mijn doel te kunnen bereiken. Hierdoor maak ik prachtige dingen mee en ben vaak verwonderd over hetgeen wat er op mijn pad komt.

4.7 Do's & Don'ts:

Nu ik inzicht heb gekregen in mijn persoonlijke leerstijl, heb ik ervaren dat dit zeer efficiënt en positief werkt bij het uit het hoofd studeren op een harp.

Dit wil ik graag aan anderen harpisten meegeven.

In dit onderzoek heb ik mijn eigen leerstijl in kaart gebracht.



Het lijkt me interessant om de andere leerstijlen verder in kaart te brengen. Een kleine opzet heb ik gemaakt doormiddel van Do's & Don'ts met betrekking tot de rollen van Belbin. Ik hoop in de toekomst dit onderwerp verder uit te diepen en te beschrijven. Het zou interessant kunnen zijn om voor elke rol een stappen plan te maken, met daarin beschreven welke manier van aanpak goed zou werken en waar je mee op moet passen.

Samen met Dhr. Drs. J. Boogaars heb ik dit kort besproken. Ik besef goed dat ik eerst goed en duidelijk inzicht moet hebben in mijn persoonlijke leerstijl. Vanuit hier kan ik mijn ervaring gebruiken bij het ontwikkelen van zo'n stappen plan voor andere leerstijlen.

Bij elke teamrol die Belbin heeft heb ik een Do & Don't-lijstje²³ gemaakt. Op de volgende bladzijde kunt u het resultaat zien.

²³ Belbin, *InterExpert* 2013

Teamrol	<u>Do:</u>	<u>Don't:</u>
Voorzitter	- Straal vertrouwen en autoriteit uit. - Zelfstandig een tijdplanning maken voor het studeren (met als doel uit het hoofd).	- Vragen om anderen verschillende benaderingswijzen van studeren voor jou te laten bedenken. - Jezelf overschatten.
Vormer	- Gebruik je wilskracht en gedrevenheid door te blijven ontwikkelen. - Stimuleer anderen om uit het hoofd te gaan spelen. - Blijf je doel voor ogen houden.	- Mopperen. - Je te veel laten beïnvloeden door anderen, pas op dat je niet gesloten tegenover anderen komt te staan. → Vindt hierin balans. - Het pad naar het doel toe uit ogen verliezen.
Plant	- Probeer verschillende manieren m.b.t. uit het hoofd studeren uit. - Zoek zelf oplossingen voor problemen waar je tegen aan loopt.	- Blijven hangen in één manier van studeren. - Bij minder interessante passages je aandacht laten varen. → Niet ontkennen!
Monitor	- Bekijk verschillende methodes van studeren en zoek hier degene uit die het beste bij jou past. - Neem tijd om de juiste beslissingen te nemen die belangrijk zijn om je doel te bereiken. - Praat met een Plant over hetgeen waar je mee bezig bent.	- Leg anderen verschillende manieren van studeren uit. - Keur niet meteen ideeën van anderen af. - Negatief blijven denken.
Brononderzoeker	- Zoek achtergrondinformatie op. Bijv. Over de verschillende studeer methodes.	- Verveeld raken.
Bedrijfsman/-vrouw	- Maak met jezelf afspraken over het studeren → Houdt je hieraan. - Richt je op de praktijk.	- Tussentijds van studieaanpak wisselen. → Neem je ervaring mee naar een volgend studieproces, verander waar nodig. - Niet openstaan voor nieuwe ideeën van anderen.
Groepswerker	- Zorg dat je in een	- Stress situaties ontzien.

	harmonische sfeer hangt. → Bespreek bijv. waar je mee bezig bent of het doel waar je naar toe werkt met docenten/collega's. - Maak waar nodig keuzes voor jezelf → Ook als dit lastig is i.v.m. de onderlinge relaties.	- Mee gaan lopen met anderen → Pas op je authenticiteit.
Zorgdrager	- Richt je op de details. - Vertrouw op je gevoel → Met name als het niet goed gaat. - Ga voor kwaliteit in alles wat je doet, neem niet genoegen met minder.	- Snel studeren. - Een ander laten bepalen wat de beste manier is om een bepaald stuk uit te voeren. - Het perfectionisme een obsessie laten worden. - Ellebogenwerk op de voorgrond laten treden.
Specialist	- Maak gebruik van de kennis die je hebt verzameld. - Blijf deze kennis verversen.	- Muziek proberen te benaderen vanuit een ander kader. - Maak het belang niet kleiner van factoren die buiten je competentie vallen.

Tabel 5: Do's en Don'ts m.b.t. het uit het hoofd spelen op een harp

Veel zinnen zullen bij meerdere teamrollen kunnen passen. Het gaat erom dat het deze persoon extra kan verstoren in het functioneren als dat element niet op de juiste plaats zit.

5. Helpende gedachtes

Tijdens het bestuderen van verschillende leerstijlen liep ik tegen management boeken aan. Veel zijn erop gericht om jezelf te coachen het doel wat je voor ogen hebt te bereiken. Ik ben hierover gaan lezen en ik ben ervan overtuigd dat dit kan helpen bij het studeren uit het hoofd op de harp.

De verschillende denkkaders die hier beschreven zijn heb ik toegepast op het studeren uit het hoofd op de harp.

5.1 De vijf functionaliteiten van een team²⁴:

Patrick Lencioni beschrijft 5 stappen om jezelf te begeleiden van niet helpende gedachten naar helpende gedachten. Zie afbeelding 13 voor de driehoek die hij hiervoor heeft gemaakt.

Deze driehoek wordt ook vaak gebruikt in teamverband om samen het doel te bereiken. Ik denk dat je hier ook veel aan hebt als musicus. Ik moet namelijk met mezelf en mijn instrument samenwerken om het gewenste doel te bereiken. De stappen in het denkkader heb ik daarom op de samenwerking met mijn instrument toegepast en in het specifiek op uit het hoofd spelen op een harp.

De basis van de driehoek is stap 1: **Vertrouwen**. Bekijk het standpunt waar je staat. Een harpist die vaker uit het hoofd speelt mag zich bewust zijn van hetgeen wat hij/zij al bereikt heeft. Dit geeft zelfvertrouwen om het nieuwe pad (een nieuw stuk uit het



hoofd leren) aan te gaan. Een harpist met minder ervaring met uit het hoofd spelen kan niet terug vallen op stukken die hij/zij eerder uit het hoofd heeft geleerd. Het feit dat hij/zij dit aan wilt gaan is een teken dat het tijd is voor een nieuwe uitdaging. Het vertrouwen mag er zijn dat de tijd rijp is om het stuk uit het hoofd te gaan leren. Voor beide geldt dat het niet erg is als het moeilijk zal worden. Dat is normaal. Wees blij dat er nog iets te overwinnen valt. Ook jij mag leren, je kunt leren. Als dit gevoel herkend wordt, is de fase *bewust onbekwaam*

Afbeelding 13: De 5 functionaliteiten van een team *aangebroken*. We kwamen uit de fase *onbewust onbekwaam* doordat we de basis nog niet gelegd hadden.

Nu we bewust onbekwaam zijn, kan er naar de volgende stap gekeken worden.

Stap 2: **Conflict**, ik durf het conflict aan te gaan. Ja, het is lastig. Zeg tegen jezelf wat je lastig vindt en wat je dwars zit. Dan kun je ontdekken waar het knooppunt zit.

Vanuit hier kun je de volgende stap zetten, stap 3: **Het committent**. Zeg echt ja tegen jezelf. Spreek met jezelf af dat je echt je doel gaat bereiken, ondanks dat het lastig zal

²⁴ P. Lencioni – The five disfunctions of a team

worden. Je weet nu waar de moeilijkheden zitten.

Vanuit hier kom je direct bij stap 4: Verantwoordelijkheid nemen. Maak met jezelf afspraken hoe je het gaat studeren. Bijv. door het eerst technisch te benaderen, dan met behulp van structuur onthouden, vervolgens de harmonie eraan toe te voeren en als laatste stap in mijn geval ook echt moeite nemen om de makkelijke stukjes extra goed te oefenen. Door de verantwoordelijkheid te nemen wordt je *bewust bekwaam*. Vanuit hier kom je direct en vanzelf bij de laatste stap: **Het resultaat**. Door boven de muziek te komen staan en alle stappen goed doorlopen te hebben kom je automatisch bij de laatste fase; *onbewust bekwaam*.

Door deze interne sturing is het mogelijk de weerstand te overwinnen en deze om te zetten in effectieve acties. Zo zul je beter en sneller het gewenste resultaat bereiken.

5.2 De dramadriehoek²⁵:

R. Freijsen beschrijft de dramadriehoek. Deze bestaat uit 3 rollen; de aanklager/dictator, de redder en het slachtoffer. Zie afbeelding 14.

Iedereen kan deze rollen aannemen, dit is niet erg. Het is menselijk. Het is niet goed om in één van deze rollen te blijven hangen. Belangrijk is de bewustwording. Ga naar de helderdenkende volwassene en richt je op het belang. Het belang is dat je gelukkig wordt in de muziek en dat wil je bereiken door het stuk uit je hoofd te kunnen spelen. De helderdenkende volwassene kan keuzes maken en schiet daardoor niet in de zieligheid (“*alleen ik kan nooit iets meteen uit mijn hoofd spelen, ik ben niet goed genoeg*”) of boosheid (“*Ik kan het gewoon niet en het zal me ook niet lukken*”) en wilt ook niet de redder zijn (“*Ik speel gewoon over de foutjes heen*”). De helderdenkende volwassenen kan zich op het belang richten en de stappen zetten die nodig zijn.

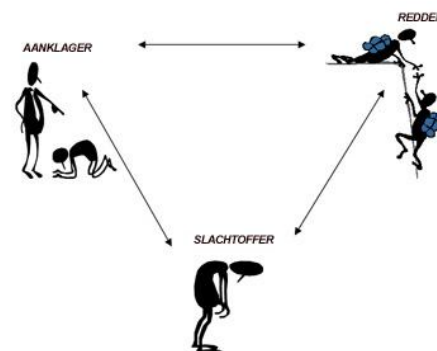
De **aanklager/dictator**: De boze rol; Bijv: Het zal en het moet lukken om het stuk uit mijn hoofd te spelen. De componist had helemaal geen verstand van de harp en heeft veel te onhandige dingen opgeschreven.

De redder: De rol die alles op wil lossen; Bijv: De componist had het op deze manier op moeten schrijven.

Beide rollen gaan over miskenning van de ander; in dit geval de componist.

Het slachtoffer: De “ik kan het ook niet”-rol. Bijv: De harp is een te moeilijk instrument voor mij. Ik zal het daarom ook nooit bereiken.

Deze rol is de miskenning van jezelf.



Afbeelding 14: De dramadriehoek

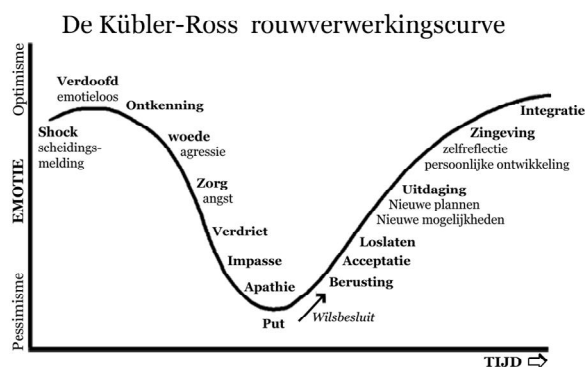
²⁵ R. Freijsen – O.a. uit N.L.P. Neuro Linguistisch programmeren, mei 2004

5.3 De vijf fasen van verlies²⁶:

De vijf fasen die E. Kübler beschrijft waren voor mij erg herkenbaar in mijn studeer proces. Daarom wil ik graag hieronder beschrijven hoe ik dit ervaar tijdens het studeren uit het hoofd.

1. **Ontkenning:** Ik moet heel veel stukken voor het concours kennen, dus ik studeer maar door. Ik begin aan 5 stukken tegelijkertijd. Ik oefen als het ware als een kip zonder kop door.
2. **Woede:** Ik loop boos achter mijn harp vandaan met de gedachte: “Ze bekijken het maar”.
3. **Onderhandelen:** Ik probeer onder de harde werkelijkheid uit te komen. Met de harde werkelijkheid bedoel ik hier het doorzettingsvermogen en de discipline die nodig is voor het studeren. Dit uit zich bijvoorbeeld door stukken te spelen/studeren die ik al kan.
4. **Depressie:** Het lukt me niet. Nu niet, nooit niet. Dit herken ik door bijvoorbeeld moeite te hebben met het beginnen van het studeren. Steeds een kwartier later willen beginnen.
5. **Aanvaarding:** Ja, het is inderdaad moeilijk. Ik zal doorzettingsvermogen moeten hebben om technisch te gaan studeren. Ik maak liever muziek dan dat ik allerlei studeermethodes toe moet passen. Toch zal ik eerst dit stadium moeten doorlopen en me aan het studeerschema moeten houden om uiteindelijk muziek te kunnen gaan maken.

Bij 8 van de 10 stukken die ik studeer, herken ik deze fasen. Ze hoeven niet lang te duren, maar ze zijn er wel. Nu ik dit begrijp, kan ik sneller inzien in welke fase ik zit en heb ik het overzicht welke stappen ik moet doorlopen om het committent (Uit de driehoek van Lencioni) aan te kunnen gaan.



Afbeelding 15: De Kübler-Ross rouwverwerkingscurve

²⁶ E. Kübler - Ross, Riet Fiddelear

5.4 Bronnen van weerstanden²⁷:

Hieronder staan enkele bronnen van weerstanden beschreven. Ik heb er enkele vragen bij gezet die betrekken hebben op het studeren uit het hoofd, waardoor het lastig kan zijn om een stuk goed uit het hoofd te spelen.

1. **Onvoldoende duidelijkheid**: Bijv: Hoe zit het stuk in elkaar? Weet ik er genoeg vanaf? Waarom wil ik het uit mijn hoofd spelen?
2. **Faalangst**: Bijv: Het zal me niet lukken om aan die eisen te voldoen. Het zal me niet lukken om het stuk te onthouden.
3. **Angst om niet aan de nieuwe eisen te kunnen voldoen**: Bijv: Ik heb niet genoeg technische basis om dit stuk te kunnen spelen. Ik kan een stuk van 10 min niet onthouden.
4. **Niet serieus genomen voelen**: Bijv: Had de componist wel inzicht in de mogelijkheden van de harp? Waarom vraagt de commissie van het concours om dit stuk uit het hoofd te spelen?
5. **Zin van de opdracht niet inzien**: Bijv: Waarom wil ik meedoen aan een internationaal concours, ik zal toch niet winnen.
6. **De leerling-werknemer denk dat het anders en beter kan**: Bijv: Ik zou het stuk anders geschreven hebben.

Zo zijn er nog meer helpende gedachtes geschreven, waaronder het G.R.O.W. model²⁸, de fasen in een coachingstraject³⁰ en hoe maak ik van een olifant weer een mug³¹.

Door deze rijtjes na te lopen krijg ik sneller inzicht in wat er nu met me aan de hand is. Ik stap sneller uit de dramadriehoek en focus op de helder denkende volwassene, kom hoger in de driehoek van Lencioni en krijg beter resultaat. In welke fase van verlies zit ik? Wat moet ik doen om naar accepteren te komen. Op deze manier kan ik sneller en effectiever helpende gedachtes destilleren.

²⁷ M. Brenters – Transitie management/verander management, De organisatie als netwerk, Samsom 1999

²⁸ W. Verhoeven - De manager als coach, 1992

²⁹ M. Landsberg - Tao of Coaching: Boost Your Effectiveness at work by inspiring and development those around you, 1996

³⁰ W. Verhoeven – De manager als coach, 1992

³¹ T. IJzermans en R. Bender – Hoe maak ik van een olifant weer een mug?, thema.

Bedrijfs wetenschappelijke en educatieve uitgeverij van Schouten & Nelissen te Zaltbommel, 2008

6. Het vertrouwen:

Na alles wat ik onderzocht en hierboven besproken heb, is er nog één onderwerp niet aan bod gekomen: De uitvoering.

Spelen uit het hoofd op een harp tijdens een concert is lastig. Alleen jij kunt het doen en je bent de enige verantwoordelijke.

Ik ben ervan overtuigd dat als je tijdens een concert een stuk uit je hoofd wilt spelen dat je de tijd moet nemen om het stuk echt te leren kennen.

De harp is zo'n complex instrument, waardoor je er niet op kunt vertrouwen dat "Het wel goed komt".

Doorloop de stappen die nodig zijn om een stuk technisch uit je hoofd te kennen.

Ga op een rustige plek zitten en stel je de ruimte voor waar je het stuk uit zult voeren. Speel het stuk van begin tot het eind, zeer gedetailleerd in je hoofd.

Door inzicht te hebben in je persoonlijke leerstijl zal het studeren niet alleen sneller gaan, maar weet je ook waar je op moet letten tijdens de uitvoering. Zo heb ik bijvoorbeeld geleerd me niet aan de kant te laten duwen door ellebogenwerk en ben ik er bewust van dat ik me extra goed moet concentreren bij relatief eenvoudige passages.

Als bij het studeren uit het hoofd blijkt dat je ergens tegenaan loopt en vast blijft zitten op dat punt, maak dan gebruik van de helpende gedachtes. Deze kunnen helpen om je weer op het juiste pad te zetten. Bovendien kun je controleren of je onbewust nog ergens anders tegenaan loopt wat voor problemen kan zorgen.



Afbeelding 16: De concentratie

Dit alles helpt tijdens de uitvoering het vertrouwen te hebben in jezelf.

Je hebt alles tot in de details bestudeerd. Niet alleen de noten, maar ook de gedachtes in je hoofd en emoties die hierbij komen kijken.

Je mag het vertrouwen hebben dat je alles zeer goed gestudeerd hebt en als het mis gaat, je voldoende bouwstoffen hebt om het op te vangen.

7. Het 7-stappen plan:

Nu ik mijn persoonlijke leerstijl in kan zetten bij het uit het hoofd leren spelen op een harp, wil ik dit graag doorgeven aan andere harpisten. Omdat het over een persoonlijke leerstijl gaat zal dit voor iedereen anders zijn. Daarom wil ik aan de hand van mijn ervaringen een 7-stappen plan maken om mijn onderzoeksvraag te beantwoorden:

Hoe kun je de efficiëntste manier vinden die bij jou past voor het uit het hoofd leren spelen op een harp?

1. De fundering: Ken ik de basis van het instrument de harp?
2. De drempel: Begrijp ik waar de moeilijkheid zit in de vertaling van de muziek naar de harp?
3. De herhaling: Heb ik alle technische studeer manieren doorlopen?
4. De spiraal: Kan ik een niet helpende gedachte omzetten in een helpende gedachte?
5. De bewustwording: Weet ik hoe mijn persoonlijke leerstijl in elkaar zit?
6. De toepassing: Gebruik ik de juiste Do's en Don'ts?
7. De loslating: Heb ik werkelijk vertrouwen in mezelf?

Conclusie:

Mijn antwoord op de onderzoeksvraag: “Hoe kun je de efficiëntste manier vinden die bij jou past voor het uit het hoofd leren spelen op een harp?” is:

Zoals het 7 stappenplan aangeeft zijn er veel dingen van groot belang en van invloed op het studeren. Voor mij staat voorop dat door inzicht en kennis te hebben van je persoonlijke leerstijl je, in staat bent het studeren en memoriseren optimaal uit te buiten. Dit maakt dat je meer opbrengstgericht en effectiever kunt studeren.

Door inzicht te hebben in de krachtpunten en valkuilen kan de leerstrategie daarop afgestemd worden. De daarbij komende negatieve emoties kunnen omgezet worden in positieve energie door gebruik te maken van denkkaders die leiden tot helpende gedachten. Voor iedere leerstijl zijn andere leeraspecten van belang om tot een effectief resultaat te kunnen komen.

Voor mij persoonlijk is het een zoekweg geweest naar zelfinzicht. Dit heb ik na aanleiding gedaan door deelname aan een groot harp concours. Door dit proces te doorlopen en de theoretische kaders op mijn zelfreflectie toe te passen ben ik tot inzicht gekomen wat ik moet doen en wat ik moet laten, om zo opbrengstgericht mogelijk te kunnen studeren.

Op de weg naar het komende concours toe krijg ik beter inzicht in wat het rendement van dit onderzoek voor mij zal betekenen. Dagelijks ervaar ik wat de zelfsturing die ik vanuit dit onderzoek geleerd heb, tijdens studeer-drempels voor mij betekent.

In de toekomst wil ik dit graag doorgeven aan andere harpisten/musici.

Literatuurlijst:

- | | |
|---|--|
| Bakker, B en Crone, E | Het puberende brein
<i>Uitgever: Onbekend</i>
<i>Amsterdam, 2008</i> |
| Belbin, Meredith | Management Teams
<i>Academic Service</i>
<i>Plaats: Onbekend, 2006</i> |
| | Why they succeed or fail
<i>Heineman London 1984</i> |
| Brenters, M | Transitiemanagement/
verandermanagement,
De organisatie als netwerk
<i>Samsom, Plaats: Onbekend, 1999</i> |
| Buzan, Tony | Master Your Memory
<i>Pearson Education,</i>
<i>Plaats: Onbekend, 2008</i> |
| Brandhof van den, Jan-Willem | Gebruik je hersens
<i>Verba</i>
<i>Plaats: Onbekend, 2006</i> |
| Dinteren van, Ria | Ons brein leert altijd op de werkplek
<i>Cinop advies,</i>
<i>Plaats, Jaar: Onbekend</i> |
| Dolmans, D.H.J.M. en Schmidt, H.G. | Inzichten over leren en implicaties voor
het onderwijs
<i>Bullitin Medisch Onderwijs,</i>
<i>Plaats: Onbekend, 1996</i> |
| Ferguson-Hessler, M.G.M. en Jong de, T. | Het leren van exacte vakken
<i>Uitgever, Plaats, Jaar: Onbekend</i> |
| Fiddelaers-Jaspers, Riet | Met mijn ziel onder de arm
<i>In de wolken</i>
<i>Heeze, 2011</i> |
| Foer, Joshua | Het geheugenpaleis
<i>De Bezige Bij, Amsterdam 2012</i> |

Gallwey, Timothy	The inner game of tennis <i>Pan</i> <i>Plaats: Onbekend, 1974</i>
Geld van der, Anton	Je lifestyle vanuit hart en ziel <i>Stichting BeNeLux Universitair Centrum</i> <i>Drukkerij Gianotten</i> <i>Plaats: Onbekend, 2012</i>
Gispen, Willem Hendrik	Het geheim van het brein <i>Chemisch magazine</i> <i>Plaats onbekend: Mei 1991</i>
Harleman, Denise	Geheugens <i>Universiteit Utrecht</i> <i>2011</i>
Hoop de, Richard	Herrie of harmonie? <i>Van Duuren Management</i> <i>Plaats: Onbekend, 2012</i>
Ikelaar, Roos	Werkwijze met dramadriehoek <i>Gids voor personeelsmanagement</i> <i>Plaats: Onbekend, 2002</i>
Jacobs, Gidia	Rationele emotieve therapie <i>Bohn Stafleu van Loghum</i> <i>Houten, 2008 2^e druk</i>
Jung, Carl Gustav	Archetype en onbewuste, Deel 2 <i>Lemniscaat</i> <i>Plaats, Jaar: Onbekend</i>
Kaldeway, Jan	Leerstijlen: Een poging tot synthese <i>Universiteit Utrecht</i> <i>Jaar: Onbekend</i> Diepte- en oppervlakte leren <i>Universiteit Utrecht</i> <i>Jaar: Onbekend</i>
Kooy, K en Kruyt, P.	Temrol en Taal <i>SDU, Den Haag, 1985</i>
Landsberg, M	Tao of Coaching: Boost Your Effectiveness at work by inspiring and development those around you <i>Uitgever, Plaats: Onbekend, 1996</i>

Lencioni, Patrick	De 5 frustraties van teamwork <i>Uitgever, Plaats, Jaar: Onbekend</i>
McDonald, Susann	The private lesson <i>Music Works-Harp Editions</i> <i>Louisville, 1983</i>
Parncutt, Richard en McPherson, Gary E.	The Science & Psychology of Music Performance: Creative Strategies for Teaching and Learning <i>Uitgever, Plaats, Jaar: Onbekend</i>
Seagal, Sandra en Horne, David	Human Dynamics, Samen leven, samen werken <i>Pegasus Communications, Inc.</i> <i>Jaar: Onbekend</i>
Sie, Anton	Document over studeren <i>Uitgever, Plaats, Jaar: Onbekend</i>
Simons, P.R.J.	Ontwikkelen van leercompetenties <i>Uitgever: Katholieke universiteit Nijmegen</i> <i>Jaar: Onbekend</i>
Vermunt, Jan	Leerstijlen en sturen van leerprocessen in het hoger onderwijs <i>Swets & Zeitlinger B.V.</i> <i>Amsterdam/Lisse 1992</i>
Vermunt, Jan en Simons P.R.	Leerstijlen van studenten in het hoger afstandsonderwijs <i>Uitgever, plaats, datum: Onbekend</i>
Verhoeven, W.	De manager als coach <i>Uitgever, Plaats: Onbekend, 1992</i>
Voorhorst, Enno	How musicians use their brains <i>Koninklijk Conservatorium Den Haag</i> <i>2013</i>
Warmerdam, Janice	Mnemonische techniek in Middeleeuwse muziek <i>Uitgever, Plaats: Onbekend, 2012</i>
IJzermans, Theo en Bender, Roderik	Hoe maak ik van een olifant weer een mug? <i>thema. Bedrijfswetenschappelijke en educatieve uitgeverij van Schouten & Nelissen te Zaltbommel, 2008</i>

Bijlage

Bijlage 1: G. Fauré – Impromptu, pagina 1

IMPROPTU

Op. 86 GABRIEL FAURÉ

ap.'s licht + regelmatig *R.H. stil houden*

Allegro molto moderato 76 = ♩ (♩₄)

naar venterdwin
verpele
uitademen

HARPE *ff*

Cb Db Db

korte articulatie

regelmatische F-en/precieze dwim!

met energie

15 *scen - - Db - do*

© 1904 Éditions DURAND
Paris, France

D. & F. 6428

Tous droits réservés
pour tous pays.

Bijlage 2: M. Glinka – The Lark, pagina 7

7

Poco meno mosso

213121 21
21 21

B $\flat$ C $\sharp$ A $\sharp$ b

A $\sharp$ b B $\flat$ B $\flat$

4

poco accel.
213121 21 21 21
21 21 21

pp A $\sharp$

213121 21 21 21
21 21 21

lay

4 3 1 2 1

D $\sharp$ D $\flat$

rit.

Bijlage 3: Zelfperceptielijst

Zin 3: ALS IK (IN EEN BEPAALD PROJECT) MET ANDEREN SAMENWERK, DAN:

30	1	lukt het me om mensen te beïnvloeden, zonder hen onder druk te zetten.
31	3	zet ik me er voor in dat er geen slordige fouten worden gemaakt en dat er geen belangrijke zaken over het hoofd worden gezien.
32	1	zal ik druk uitoefenen op de groep en desnoods een gesprek forceren als dat helpt om de hoofdzaken vast te houden.
33	1	lukt het me altijd wel om (een paar) alternatieven te bedenken.
34		ben ik altijd bereid een goed compromisvoorstel te ondersteunen, waarnaar ieder zich kan schikken.
35		kan men er zeker van zijn dat ik gewoon mezelf blijf.
36	1	kan men ervan op aan, dat ik voor nieuwe informatie en ideeën zorg.
37		zal ik ervoor zorgen dat ik binnen de grenzen van mijn vakgebied blijf.
38	1	zal ik van elk voorstel steeds goed de voors en tegens proberen te formuleren en af te wegen.
39	2	span ik me in om de gemaakte afspraken en plannen efficiënt om te zetten in concrete taken waarmee ik aan de slag kan.
	+	
	10	Totaal maximaal 10 punten

Zin 4: KENMERKEND VOOR MIJ ALS IK IN EEN TEAM WERK IS DAT:

40	1	ik veel bezig ben om goede persoonlijke contacten en open verhoudingen te bewerkstelligen.
41		de rol van (technisch) deskundige mij het beste past.
42		ik ervan houd om tegenstellingen aan te scherpen, zodat er nieuwe inzichten ontstaan en zich nieuwe wegen openen.
43	1	ik weet aan te geven als er onlogische of onzuivere argumenten ter tafel komen.
44	1	ik, als ik weet wat er gebeuren moet, zonder aarzelen en volgens schema aan de gang ga.
45	1	ik het niet kan nalaten om platgetreden paden te verlaten en nieuwe en onverwachte ideeën te verzinnen.
46	4	ik voor een beetje perfectionisme zorg bij alles wat ik doe.
47		ik ervan houd om contacten te leggen buiten de groep of het bedrijf.
48	1	ik plezier beleef aan de sociale kant van de werkrelaties.
49	1	ik ervoor zorg dat we, binnen de afgesproken tijd, tot gezamenlijke beslissingen en een gezamenlijk besluit komen.
	+	
	10	Totaal maximaal 10 punten

Zin 7: ALS IK EEN COMPLIMENT KRIJG VOOR MIJN BIJDRAGE IN HET TEAM DAN IS HET OMDAT:

70	1	ik ervoor zorg dat we datgene wat mij voor ogen staat voor elkaar hebben gekregen.
71	1	ik ervoor heb gezorgd dat we verstandige en logische keuzes hebben gemaakt.
72	4	ik ervoor zorg dat de zaken afgewerkt en verzorgd zijn en dat de puntjes op de i staan.
73		er door mijn inbreng steeds nieuwe mogelijkheden worden verkend en besproken.
74		ik eraan werk dat ieder een afgebakende en duidelijke taak heeft en zich daaraan houdt.
75	1	ik ideeën aanbreng die tot nieuwe strategieën en zienswijzen leiden.
76		ik mijn teamgenoten tot een gezamenlijk doel en een gezamenlijk plan van aanpak kan bewegen.
77		ik altijd wel iets zinnigs weet op te merken
78	2	ik een belangrijk stuk vakinhoudelijk specialisme inbreng.
79	1	ik voor sfeer en voor een gevoel van saamhorigheid zorg.
	10	Ik heb in het totaal 10 punten verdeeld

Bijlage 4: Zelfperceptie-teamrol-profiel

INTERPLACE

ZELFPERCEPTIE-TEAMROL-PROFIEL

Naam : Emilie Bastens

Beter te vermijden: rollen				Mogelijke rollen				Natuurlijke rollen			
0	10	20	30	40	50	60	70	80	90	100	
.	.	.	X	.	BM	.	.	.	.	.	
.	.	.	.	.	BO	X	.	.	.	.	
.	.	.	.	.	PL	.	.	X	.	.	
.	.	.	.	.	MO	X	.	.	.	.	
.	.	.	.	X	VM	.	.	.	.	.	
.	.	X	.	.	VZ	.	.	.	.	.	
.	.	.	.	.	ZD	.	.	.	.	X	
.	.	.	.	X	GW	.	.	.	.	.	
.	.	.	.	.	SP	.	.	.	.	X	
.	.	X	.	.	DR	.	.	.	.	.	

Bijlage 5: Karakterprofiel

INTERPLACE

K A R A K T E R P R O F I E L

Naam : Emilie Bastens

Datum 21.01.14

Over het algemeen beschouwd als iemand met oog voor details, gedisciplineerd, enthousiast, vriendelijk, en opmerkzaam. Heeft een welwillende en inschikkelijke houding. Is enthousiast en gericht op het opbouwen van goede betrekkingen met collega's. Kan goed luisteren, geeft ondersteuning en moedigt anderen aan. Werkt goed en graag in een team. Een bruikbaar persoon in elk bedrijf. In staat om zich aan te passen. Betrouwbaar in het afhandelen van al het op haar schouders genomen werk. Heeft een waakzaam oog voor details. Oplettend en conscientieus als het om routinewerkzaamheden gaat. Werkt zeer precies en met hoge kwaliteitsnormen. Vol zorg dat de zaken niet fout kunnen lopen. Meer dan een gemiddeld niveau van zelf-organisatie en -controle. Pakt de zaken methodisch aan. Moet niet ingezet worden in werkzaamheden, waarbij risico durven nemen noodzakelijk is.

Bijlage 6: Profiel t.b.v. consultgesprek

P R O F I E L t.b.v. C O N S U L T G E S P R E K

Naam : Emilie Bastens

INTERPLACE

Datum 21.01.14

Pagina 4

In uw combinatie van teamrol-kwaliteiten staan service-verlenende en ondersteunende werkzaamheden voorop. Dat kan inhouden dat uw bijdrage aan waardering en erkenning wint, naarmate men u beter leert kennen. U zult niet gauw op de voorgrond treden, maar men kan op u rekenen als er hulp nodig is; en wat u op u neemt, werkt u ook grondig af.

U houdt er niet van om mensen teleur te stellen en daarin legt u hoge kwaliteitsnormen aan uzelf op. U werkt het best in een teamsituatie, waarin wederzijdse steun en aanvulling van belang is. U zult zich waarschijnlijk minder thuis voelen als u belangrijke zaken in uw eentje moet opknappen, want u hecht aan overleg en aan gezamenlijkheid.

U kunt een bijzondere vaardigheid ontwikkelen in het werken met getalenteerde, maar lastige individuen, tot wier tekortkomingen nonchalance en onzorgvuldigheid gerekend kunnen worden. Door het beste te halen uit de kwaliteiten van anderen, vindt u voldoening in uw eigen kwaliteit. Het is van belang dat uw werk, wat ook de aard ervan is, een dienstverlenend en voorwaardenscheppend karakter heeft.

Als u functies voor uzelf moet afwegen, besteed dan aandacht aan de sfeer en aan de teamgeest. Persoonlijke rivaliteiten en assertieve collega's zullen u (wellicht meer dan andere mensen) storen; en als u uw bezorgdheid om zaken en mensen niet aan anderen kwijt kunt, kan deze zorg in u teveel gaan rondzingen. Kijk daarom uit naar praktisch ingestelde collega's en medewerkers, die hun werk met plezier en vakmanschap doen.

Tenslotte is het goed om u rekenschap te geven van de kwaliteit waarvoor u de minste aanleg blijkt te hebben, namelijk de rol van de klassieke voorzitter, die de standpunten coördineert en naar gezamenlijke besluiten toewerkt. Lukt het u om in harmonie met iemand samen te werken, die wel deze complementaire talenten bezit, dan zal uw prestatie nog aan kwaliteit winnen.

Bijlage 7: Meest gescoorde antwoorden van observatoren

MEEST GESCOORDE ANTWOORDEN VAN OBSERVATOREN

Kandidaat : Emilie Bastens

INTERPLACE

Datum 21.01.14

Pagina 1

Deze lijst toont de woorden van de observatoren en hun score
in dalende volgorde.

Woord	Score
vriendelijk	6
iemand met oog voor details	5
gedisciplineerd	4
opmerkzaam	4
enthousiast	4
diplomatiek	3
onzeker van zichzelf	3
risico mijdend	3
faalangstig	3
bedachtzaam	3
prestatiegericht	3
meelevend	3
zorgvuldig	3
stimulerend naar anderen	3
logisch denkend	3
technisch vaardig	2
fantasierijk	2
zeer precies	2
filosoferend	2
<te lief>	2
geïnteresseerd in nieuwtjes	2
wikkend en wegend	2
soepel	2
accuraat	2
hoffelijk	2
eenieder te vriend houdend	2
analyserend	2
nieuwsgierig	2
origineel	1
rommelig	1
stellig	1
zeer beschouwelijk	1
moeizaam beslissend	1
onpraktisch	1
iemand die als expert optreedt	1
vakbekwaam	1
praatgraag	1
scherpzinnig	1
grondig	1

Bijlage 8: Meest gescoorde antwoorden van observatoren

MEEST GESCOORDE ANTWOORDEN VAN OBSERVATOREN

Kandidaat : Emilie Bastens

INTERPLACE

Datum 21.01.14

Pagina 2

Deze lijst toont de woorden van de observatoren en hun score
in dalende volgorde.

Woord	Score
besluitvaardig	1
deskundig	1
ondernemend	1
vernieuwend	0
eenzijdig	0
manipulerend	0
wedijverig	0
geconcentreerd op één taak	0
onwillig om te delegeren	0
weerstandelijk bij verandering	0
snel in de aanval	0
ongeduldig	0
samenbundelend	0
territoriaal	0
uitdagend	0
zonderling	0
snel verveeld	0
afhamerend	0
wispelturig	0
verstrooid	0
onwrikbaar	0
kommervol	0
objectief	0
ronduit	0
eigenzinnig	0
knopen doorhakkend	0
afstandelijk	0
efficiënt	0
nuchter	0
praktisch aangelegd	0
rijk aan contacten	0
vasthoudend aan regels	0
joviaal	0

Bijlage 9: Overzicht en vergelijking van resultaten

OVERZICHT EN VERGELIJKING VAN DE RESULTATEN INTERPLACE										
Kandidaat : Emilie Bastens										
Pagina 1										
Test	Teamrollen :	1	2	3	4	5	6	7	8	9
Zelfperceptie		ZD	SP	PL	BO	MO	GW	VM	BM	VZ
Ernestine Stoop		GW	ZD	PL	VM	BM	VZ	BO	MO	SP
Anton Sie		GW	ZD	BM	MO	VZ	VM	BO	SP	PL
M. Meeuwsen		GW	BM	ZD	MO	VZ	PL	VM	BO	SP
Lilian Tromp		GW	ZD	BM	BO	SP	PL	MO	VZ	VM
TOTAAL VOLGORDE		GW	ZD	BM	PL	MO	BO	SP	VM	VZ

Bijlage 10: Staafdiagram observatoren van hoog naar laag

INTERPLACE		
STAAFDIAGRAM OBSERVATORENLIJST VAN HOOG NAAR LAAG		
Kandidaat : Emilie Bastens		
NEGATIEF		POSITIEF
GW	***** :	G
BM	***** :	B
ZD	***** :	Z
MO	***** :	M
PL	***** :	P
VZ	***** :	V
BO	***** :	B
SP	***** :	S
VM	***** :	V



Use your personal learning style for playing by heart

Dit Master onderzoek, geschreven door Emilie Bastens, gaat over het uit het hoofd spelen op een harp. De onderzoeksvraag is: "Hoe kun je de efficiëntste manier vinden die bij jou past voor het uit het hoofd leren spelen op een harp?"

Er is uitleg gegeven over het functioneren van het brein en het geheugen. Ook is er beschreven welke problemen aan de orde komen bij het uit het hoofd spelen op een harp. Vanuit de wetenschappelijke kijk op leren is een verbinding gemaakt met persoonlijke leerstijlen. Dit is gedaan naar aanleiding van het onderzoeksinstrument: Belbin, wat gebaseerd is op de archetypes beschreven door Carl Gustav Jung.

De uitkomsten van de Belbin zijn in relatie gebracht met de persoonlijke studeerproblemen die zich voordoen bij het uit het hoofd spelen op een harp.

Vanuit samenwerking in een team zijn denkkaders geformuleerd om tijdens het studeren je te kunnen richten op het belang, namelijk effectief kunnen studeren.

Dit alles heeft geresulteerd in een 7-stappenplan dat gebruikt kan worden voor opbrengstgericht en efficiënt uit het hoofd studeren op een harp. Als conclusie is genoemd dat inzicht hebben in je persoonlijke leerstijl, maakt dat je de juiste stappen kunt ondernemen om effectief en efficiënt uit het hoofd te kunnen studeren op een harp.

Hopende hiermee harpisten te kunnen ondersteunen bij de zoekweg naar de oplossing, die ze ervaren bij moeilijkheden tijdens het uit het hoofd studeren en spelen.