

De muziekdocent als coach

In verschillende hoeken van de maatschappij zie je meer aandacht ontstaan voor het begrip coaching. Betreft het een overwaaiende modegril? Of is er reden om serieus te bezien of de aanpak van coaching helpt het muziekonderwijs te verbeteren? In deze bijdrage wil ik kort schetsen wat coaching inhoudt en hoe je het toepast. Ik wil een pleidooi houden om de ideeën ervan in het muziekonderwijs te benutten. Een muziekstudent of een muzikleerling op elk niveau kan baat hebben bij een coachende houding van de docent. Voor de docent is coaching een mogelijkheid om leerlingen en studenten nog effectiever bij te staan in hun muzikale ontwikkeling.

Coaching is een aanpak waarbij diegene die gecoacht wordt, zijn eigen prestaties leert verbeteren. De coach helpt de leerling zelf verantwoordelijkheid te nemen voor zijn eigen leren en zijn zelf lerende vermogen maximaal aan te spreken. In het bedrijfsleven omarmt men coaching als een managementstijl. Iemand die serieus carrière wil maken, laat zich regelmatig bijstaan door een individuele coach op de achtergrond. En in het onderwijs zijn de basisgedachten achter het studiehuismodel terug te voeren tot dezelfde uitgangspunten als de uitgangspunten die aan coaching ten grondslag liggen. Deze golf van aandacht lijkt aan het muziekonderwijs voorbij te gaan. Hoe dat komt is mij niet duidelijk. Misschien is een mogelijke oorzaak dat er aan de muziekvakopleidingen en de muziekscholen van oudsher al veel zelfwerkzaamheid van de studenten en leerlingen wordt verwacht. Maar als je dan gaat kijken in hoeverre de principes van coaching daarbij gehanteerd worden, valt dat tegen. Dat is jammer, omdat coaching juist het principe van zelfwerkzaamheid effectief kan ondersteunen. Er is inmiddels een aantal uitgewerkte aanpakken voorhanden waar zeer waardevolle elementen zitten die in het muziekonderwijs zeer bruikbaar zijn.

Het begrip coaching

Een definitie van coaching zou kunnen zijn:

Coachen is iemands potentiële kwaliteiten vrijmaken, zodat hij zo goed mogelijk presteert. Het is geen onderwijzen of instrueren, maar het richt zich op het bevorderen van leren.

Het eerste waar men het woord 'coach' vaak mee associeert, is met sportcoach. Daarbij doemt het beeld op van een persoon die langs de lijn op een autoritaire wijze zijn ploeg aanwijzingen geeft of zijn ploeg staat uit te foeteren. Deze stijl van begeleiden heeft niets te maken met het begrip coaching zoals ik het hier bedoel. Het gaat juist niet om het geven van bevelen of instructies. Daarmee benut en ont-

wikkel je het zelf lerende vermogen van een persoon of een groep allerminst. Sportcoaches, maar ook docenten, besteden nog veel te veel tijd aan het geven van instructies. Daarmee halen zij niet het beste uit de ander, maar zijn ze aan het proberen om het beste van henzelf in de ander te leggen. In het boek van Timothy Gallwey *The inner Game of Tennis*¹ dat over coaching in de tennissport handelt, stelt hij: De tegenstander in je eigen hoofd is sterker dan degene aan de andere kant van het net. Deze uitspraak geeft al aan waar volgens hem de aandacht van de coach moet liggen: op de processen die zich in de mens afspelen. Ik herken die innerlijke tegenstander van Gallwey ook als ik naar het muzikale ontwikkelingsproces van mijzelf en van mijn leerlingen kijk. Je innerlijke belemmeringen en blokkades remmen het muzikale ontwikkelingsproces. Docenten die je daar mee leren omgaan blijken het meest effectief. Het is dan ook de taak van een coach om je te leren beter met je zelf en effectiever met je (leer)taak om te laten gaan. Dat doen ze vooral door vragen te stellen.

Het belangrijkste instrument bij coaching is dus het stellen van vragen. Dit wordt ingezet om:

- aan te sluiten bij de interne motivatie van de leerling,
- het zelflerende vermogen van de leerling te vergroten
- te bevorderen dat de leerling bewuster gaat waarnemen
- de eigen verantwoordelijkheid voor het leerproces te vergroten.

Interne en externe motivatie

Coaching maakt gebruik van de motivatie van de leerling. Elke muziekdocent weet hoe cruciaal die motivatie is. Gemotiveerde leerlingen gaan als een speer vooruit in hun ontwikkeling. Je hoeft ze maar iets aan te bieden of ze grissen het bij wijze van spreken uit je handen en gaan er mee aan de slag. Maar al te vaak wordt de motivatiegraad van een leerling als een gegeven gezien dat verder moeilijk te beïnvloeden is. Dat is jammer, want het is wel degelijk beïnvloedbaar en motivatie is essentieel om iets te bereiken. De coach gaat met de leerling zoeken waar de motivatie (wel) ligt en neemt dat als aangrijpingspunt om de leerling verder te helpen.

Bij motivatie wordt onderscheid gemaakt tussen externe en interne motivatie. Externe motivatie ontstaat door belonen en straffen. Daarbij krijg je het effect dat de leerling het liedje leert, omdat anders de juf straks boos wordt. Of, wat gelukkig minstens zo vaak voorkomt, de leerling leert het liedje, omdat hij de juf aardig vindt en haar niet wil teleurstellen. Daar tegenover staat de interne motivatie. Deze wordt wel omschreven als de innerlijke drang om iets te willen bereiken. Het onderwerp op zich boeit je. Bij muziek gaat het dan bijvoorbeeld om het

plezier dat je beleeft aan het beheersen van het instrument of aan het vergroten van je expressiemogelijkheden via muziek. In ieder leerproces spelen beide soorten motivatie een rol. Als de docent zich richt op het vergroten van de externe motivatie, dan bereikt hij dat de leerling het instrument niet de hele week in de hoek laat liggen. Werkelijk leren bevordert je op deze wijze echter niet. Dat bereik je wel door je op de interne motivatie te richten.

Om het leerproces op gang te houden zal de coachende docent een goede mix moeten vinden tussen extern en intern motiverende factoren. Je ziet dat vele docenten daar al op uiteenlopende manieren mee bezig zijn en soms erg goede resultaten mee behalen. De voorwaarde tot succes is dat de docent zich oprecht interesseert voor de leerling en dat wat hem bezig houdt. Alleen dan kan hij er achter komen hoe hij interne en externe motivatie van de leerlingen kan aanspreken. De externe motivatie brengt leerlingen dan over een drempel heen om te gaan leren, en de interne motivatie maakt het echte leren mogelijk.

Op tijd je mond houden

Alleen de motivatie op de juiste manier bevorderen is nog geen coachen. Op dat gebied leerde ik inder tijd als beginnend docent nog het meest van een leerling van zeventien jaar oud. Een erg gemotiveerde leerling. Ik wilde de eerste lessen maar al te graag uitgebreid vertellen hoe hij trompet moest spelen. Hij onderbrak me echter vaak al na twee zinnen en zei: 'Stop even, ik wil het eerst even proberen'. Ik voelde het ongeduld in mezelf om meer te vertellen, maar hij hield deze stijl vol. Ik leerde van hem op tijd mijn mond houden en ruimte te geven voor het leerproces. Aanvankelijk viel het me zwaar, maar ik kreeg wel tijd om aandacht te geven aan zijn leerproces. Ik ging vragen stellen als: 'Wat ga je nu uitproberen?', 'Waar loop je tegen aan?' Ik bleek hem daar meer mee te helpen dan met het geven van informatie. Een leerling heeft per leermoment maar heel weinig informatie van de docent nodig. De meeste tijd gaat op aan het verwerken van de informatie. Dat is ook het belangrijkste, de leerling moet iets met de informatie gaan doen. Zonder dat ik het toen besepte was ik me meer als coach dan als docent van de leerling gaan gedragen. En het beviel beiden goed.

Het is dus een belangrijke kwaliteit van een muziekdocent als hij op tijd z'n mond kan houden. Coaching gaat nog een stap verder. Het laat de leerling niet in de kou staan bij zijn feitelijke leerproces. In het voorbeeld van mijn zeventienjarige leerling zou het ook wel goed gekomen zijn zonder kennis van coaching. Hij coachte zichzelf (en mij erbij), maar veel leerlingen hebben niet de vaardigheid om vanuit de interne motivatie zelflerend te zijn. Daarvoor is een docent nodig die dit bij de leerling ontwikkelt en niet uitdooft.

Bevorderen van het zelflerend vermogen

Zoals gezegd staat het stellen van vragen bij coaching centraal. Dat geldt ook voor het bevorderen en ondersteunen van het zelflerend vermogen van een leerling. De methodiek die hierbij gehanteerd wordt is onder andere in Engeland door John Withmore en in Nederland door Willem Verhoeven uitgewerkt en beschreven. De vragen zijn er op gericht te zorgen dat de leerling:

zijn leerproces expliciet maakt, zodat de docent hoort waar de leerling mee bezig is;
zich bewust wordt waar hij mee bezig is;
kiest waarop hij zich wil richten;
de verschillende fases in het leerproces goed doorloopt.

Met het stellen van vragen help je de leerling om de verschillende fases in het leerproces te doorlopen. Het is zeker niet de bedoeling om dan bij elke leerstap een hele reeks vragen op de leerlingen af te vuren. Het kan om heel kleine momenten gaan waarbij het coachingsproces op deze wijze wordt aangepakt.

In het bijgevoegde voorbeeld van een fragment uit een pianoles (Blok 1) wordt de coachende vraagtechniek toegepast. Pianodocenten zullen misschien als eerste reactie hebben: dit soort vragen stel ik ook.



NIEUW IN NEDERLAND

Vroom

d w a r s f l u i t b o u w

**Gespecialiseerd in
zilveren en gouden kopstukken
passend op o.a.
Yamaha, Haynes en Muramatsu.**

Ultra moderne produktiemethoden

Spectrumanalyse d.m.v. computer

Perfekte afwerking & warme klank

20% Kennismakingskorting!



**Vroom Dwarsfluitbouw
Drift 36 (Landgoed Bornia)
3971 MV Driebergen-Rijsenburg
Tel: 0343-533350
Fax: 0343-533351**

Dat klopt, het onderwijs maakt in zijn algemeenheid ook veel gebruik van vragen. Bij coaching gebeurt het echter consequenter en volgens een bepaalde methodiek. In het voorbeeld start de docent om de leerling zich even te laten realiseren hoe hij de etude wil gaan spelen (doelformulering) en waar hij dan extra alert op moet zijn. Vervolgens helpt de docent de leerling zich bewust te worden wat er nu eigenlijk mis ging (realiteitsvragen). Daarbij verlegt hij de focus van de leerling naar dingen waar hij zich nog niet bewust van was: het kijken naar de toetsen. Een belangrijk kenmerk van de aanpak die uit dit voorbeeld naar voren komt is dat de docent de antwoorden niet gelijk “verbetert”. De vragen zijn dan ook niet bedoeld als een overhoring. De antwoorden van de leerling geven de docent in de eerste plaats informatie over de gedachtengang van de leerling en waar zijn aandacht (focus) ligt. De docent stuurt die gedachtengang bij door de focus van de leerling te verleggen of meer keuze mogelijkheden aan te bieden.

De keuze voor de vragen is afhankelijk van de situatie en het soort leerling. Het is zeer effectief om de muziekvakstudent de vragen voor te leggen als: ‘Waar ben je thuis mee bezig geweest, en wat wil je in deze les bereiken hebben?’ Bij jonge leerlingen denk ik eerder aan vragen zoals: ‘Wat is de langste noot in dit liedje?’, ‘Welk ritme hoor je steeds terugkomen?’, ‘Welke toon klonk gek toen je het liedje speelde?’ Bij jonge leerlingen zullen de vragen zich op concrete zaken en kleine stapjes richten. Naarmate de leerling volwassener tegenover zijn leerproces staat, zal de focus van de vraag breder zijn. Bovendien zullen de vragen zich ook expliciet gaan richten op ‘leren te leren’.

Bevorderen van bewust waarnemen

In een Afrikaanse percussieworkshop waaraan ik deelnam kwam er een vraag van de persoon die naast mij zat. Hij ging voor het eerst iets met muziek doen en vroeg: ‘Hoe is het mogelijk dat jij al die ritmen zo snel na kunt spelen?’ Ik had kunnen zeggen dat ik veel ervaring met muziek had. In plaats daarvan probeerde ik een specifiek antwoord te geven: ‘Ik luister heel goed. Vervolgens probeer ik ritmen inwendig te horen. En dan speel ik het.’ De buurman keek me met ongeloof aan. Het was duidelijk dat hij helemaal niets met mijn antwoord kon beginnen. Daardoor werd ik mij weer eens bewust hoe verschillend mensen de omgeving waarnemen. Wat ik hoorde, hoorde hij niet. Wat je ziet, voelt of hoort wordt grotendeels bepaald door je eerdere ervaringen. Iemand met ervaring in muziek hoort echt iets anders dan iemand die minder ervaring heeft. Wat je waarneemt, is echter van grote invloed op je leren, en wat je leert bepaalt hoe je dingen waarneemt. Door te leren bewuster waar te nemen, voorkom je dat de aandacht te eenzijdig op bepaalde dingen gericht blijft waardoor het leerproces stopt. De

belangrijkste taak van de docent die het leerproces van zijn leerlingen wil coachen is dan ook de leerling helpen om beter waar te nemen en zich daarvan bewust te worden. Door het stellen van vragen helpt de docent de leerling om zich op bepaalde aspecten in zijn omgeving en op zijn eigen prestaties te concentreren en daarvan te leren.

Dit bewustwordingsproces kan op verschillende niveaus plaatsvinden. Als docent kun je bijvoorbeeld meer algemeen reflecterende vragen stellen, zoals: ‘Neem eens een muzikant in je omgeving in gedachten. Welke overeenkomsten en verschillen neem je waar ten opzichte van jezelf?’ De bewustwording kan ook over heel specifieke dingen in het leerproces gaan: ‘Wat gebeurt er als je je pink meer ontspant?’ Het effect op een leerling van deze vraag is veel groter dan de instructie: ‘ontspan je pink’.

Vergroten van de eigen verantwoordelijkheid

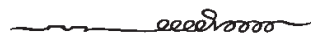
Door te vertellen hoe het moet heb je als docent het gevoel dat je waar voor het (les)geld levert. Een zekere luiheid in dit opzicht kan echter wel eens effectiever zijn. De leerling moet aan het werk, en als docent beperk je je veel meer tot het op de juiste momenten stellen van de juiste vragen. Dat is veel effectiever. Bovendien kan het de leerling ook stimuleren eens een vraag te stellen. Als de leerling een vraag stelt en de docent reageert er adequaat op, kan het de verantwoordelijkheid voor het eigen leerproces vergroten. Vergroten van die verantwoordelijkheid is, naast het bevorderen van de bewustheid, ook een belangrijke taak van de docent. Instructies zijn vooral ineffectief, omdat ze de verantwoordelijkheid voor het leren bij de docent leggen. Een docent die zich beperkt tot het op barse toon roepen van ‘fis!’,

als een leerling tijdens het spelen een kruis vergeet, laat een hoop kansen liggen. Een alternatief in de coachende stijl zou zijn: 'Wat ging er fout?', 'Hoe vaak gebeurt je dat?', 'Hoe kan je bereiken dat je dat niet meer overkomt?' Deze vragen bevorderen dat de leerling zijn verantwoordelijkheid op dat gebied gaat oppakken. De verbeteringen die op deze wijze worden bereikt bekijken veel beter.

Tot zover deze introductie op coaching. De maatschappelijke ontwikkeling maakt dat ook de muziekdocent met leerlingen te maken krijgt die een andere stijl van doceren verwachten. Binnen korte tijd zijn de leerlingen op school gewend aan de tweede fase-structuur, waarbij zelfstudie normaal is. Over enkele jaren melden deze leerlingen zich als studenten aan voor een vakopleiding bij de conservatoria. Dit alleen al moet een reden zijn om je als muziekdocent meer te verdiepen in de coachende stijl van doceren. Maar ik denk dat er ook zonder deze maatschappelijke ontwikkeling redenen genoeg zijn om coaching op te pakken. Coaching is in mijn overtuiging een waardevolle aanvulling op de aanpak van de docent. En het helpt de leerling en de docent om sneller resultaten te behalen.

Noot:

¹ Timothy Gallwey heeft ook meegewerkt aan een boek met als titel *The inner game of music*. Daarin wordt een methode behandeld om beter om te gaan met processen die tijdens het musiceren plaatsvinden in het hoofd van een muzikant. Deze methode is gebaseerd op dezelfde principes als beschreven in het boek *The inner game of tennis*.



Blok 1

Een fragment uit een pianoles waarbij de docent (D) volgens de principes van coaching werkt. De docent stuurt het leerproces via open vragen. Hij beschouwt in dit voorbeeld de reacties van de leerling (L) niet als juist of onjuist. Het geeft hem informatie over hoe de leerling denkt en waar zijn aandacht ligt:

De leerling (L) staat op het punt om een etude te spelen.

D: Voor je gaat spelen. Waar ga je tijdens het spelen speciaal op letten?

L: Om zonder fouten te spelen.

D: Je wilt het helemaal goed spelen. Waar denk je dat het moeilijk is om het goed te spelen?

L: Bij dat stukje stop ik vaak (L wijst maat 32-36 aan).

D: Prima, waarom stop je daar soms?

L: Het is gewoon moeilijk.

D: Wat is er moeilijk aan?

L: Het ritme en de sprong die ik met mijn linker hand moet maken.

D: Goed, ga je gang.

L speelt de etude en komt met moeite door de moeilijke passage heen.

D: Het klinkt al leuk. Wat vind jij er van?

L: Ik vind het een leuk stukje, maar ik liep toch een beetje vast in maat 32.

D: Je hebt daar extra opgelet. Wat gebeurde er precies.

L: Nou ik word zenuwachtig. Het ritme is gewoon moeilijk.

D: Wat kan er je aan doen?

L: uhm...het ritme eerst oefenen.

D: Ga je gang.

L zegt en tikt het ritme en gaat vervolgens het ritme met de melodie combineren. Het loopt nu beter.

D: Je had het ook nog over de verplaatsing van je linkerhand. Speelt dat ook nog een rol?

L: Nee.

D: Speel het nog een keer vanaf maat 24 tot 36 en let op hoe vaak je naar de toetsen kijkt.

L speelt de passage.

L: Het loopt nog steeds niet helemaal. Ik keek twee keer.

D: Wanneer keek je het langst?

L: bij maat 32.

D: Speel nog eens en zeg me wat er gebeurt als je daar niet kijkt?

Tot zover de dialoog. In het vervolg van de les gaat de leerling oefenen om in de moeilijke passage (bijna) niet naar de toetsen te kijken. Hij ervaart dat dat alleen lukt als hij de verplaatsing van de hand verder automatiseert.