

Gezondheidszorg en Chemie Geel
Bachelor in de ergotherapie



Muziek als ergotherapeutisch medium bij
ouderen

CAMPUS
Geel



Inge Bolckmans

Academiejaar 2006-2007

De houder van dit diploma is gerechtigd tot het voeren van de titel van Bachelor

VOORWOORD

Om mijn eindwerk te realiseren heb ik hulp gekregen van heel wat mensen. Die wil ik dan ook graag bedanken.

Dank aan de directie van rusthuis 'De Berk' dat ik mijn eindwerk hier mocht realiseren. Dank aan Marianne Van de Woestyne, ergotherapeute in rusthuis 'De Berk' en aan het personeel voor de fijne samenwerking.

Mijn speciale dank gaat uit naar de bewoners van 'De Berk' en hun familieleden. Hun medewerking en vriendschap maakten dat het voor mij een aangename stage werd.

Dank aan alle docenten, vooral Greet Jansen, docente geriatrie. Zij heeft mij door het hele eindwerkproces geleid.

Dank aan Jos Heylen voor het optreden met zijn synthesizer bij de bewoners.

Dank aan mijn ouders die mij gedurende mijn studies steeds hebben gesteund. Bedankt voor het vertrouwen dat jullie in mij hadden.

Dank aan mijn vrienden voor hun steun en hulp bij het soms ingewikkelde computerwerk.

SAMENVATTING

Voor mijn eindwerk ben ik opzoek gegaan naar het effect van muziek als ergotherapeutisch medium op bejaarde personen en de mogelijkheid om via muziek in contact te treden met matig tot ernstig dementerende bejaarden. Mijn bedoeling was om muziek in RVT "De Berk" te integreren in het activiteitenaanbod van zowel dementerende als niet dementerende ouderen.

Eerst en vooral ben ik nagegaan of men als ergotherapeut muziek wel kan en mag gebruiken. Nadat ik muziek gelinkt heb met het model van menselijk handelen van Reed en Sanderson dat gebruikt wordt door ergotherapeuten, kom ik tot het besluit dat men muziek perfect kan linken met ergotherapeutische doelstellingen en er dus geen reden is om muziek niet als medium aan te wenden.

Ik heb tijdens mijn stage dan ook muziekactiviteiten aangeboden. Dit zowel in kleine groep, individueel als in grote groep. De muziekactiviteiten in kleine groep heb ik aangewend om informatie te verzamelen omtrent de individuele muzikale voorkeur van de betrokken dementerende bewoners. Tijdens de individuele muziekactiviteiten heb ik deze informatie gebruikt om te werken aan individuele doelstellingen zoals het verminderen van roepgedrag en angst. Bij de muziekactiviteiten in grote groep heb ik alle bewoners betrokken, om ook een beeld te krijgen van het effect van muziek in grote groep. Opdat muziek als medium blijvend gebruikt zou worden in "De Berk" heb ik het stappenplan van McGuire als leidraad gebruikt. Hierbij heb ik familie en personeel apart benaderd.

Uit de muziekactiviteiten heb ik kunnen besluiten dat muziek positieve effecten heeft op zowel dementerende als niet dementerende bejaarden. Bovendien kan muziek een ingangspoort bieden in het contact met dementerende bejaarden.

RESUME

Pour mon thèse je n'ai pas seulement étudié l'effet de musique en tant que moyen ergothérapeutique sur des personnes âgées, mais aussi la possibilité d'entrer en contact avec des personnes âgées souffrant de démence moyenne à grave, justement par cette musique. Par cette étude, je voudrais intégrer la musique dans l'offre d'activités de personnes âgées souffrant et pas souffrant de démence.

D'abord j'ai examiné le rôle de l'ergothérapeute : peut-il ou peut-il pas utiliser la musique dans ces méthodes de travail. Après avoir lié la musique au modèle de l'acte humain de Reed et Sanderson, appliqué par des ergothérapeutes, j'ai constaté que l'on peut bien lier la musique à des buts ergothérapeutiques. Il n'y a donc aucune raison de ne pas se servir de musique comme moyen.

Durant mon stage j'ai proposé des activités musicales, individuellement, tandis qu'en grands et petits groupes. D'abord, je me suis servie des activités en petit groupe pour m'informer sur les préférences musicales individuelles des participants. Après, lors des activités individuelles, j'ai utilisé ces informations pour parvenir à des objectifs individuels tels que la diminution d'anxiété et de cri. Finalement, en grand groupe, j'ai fait participer tous les habitants de la maison de retraite aux activités musicales afin que je puisse me former une idée de l'effet de la musique sur un grand groupe. J'ai utilisé le modèle de McGuire pour pouvoir réaliser que 'De Berk' ferait œuvre durable de musique en tant que moyen. Le personnel et les familles concernées étaient songées individuellement sur cette affaire.

De toutes les activités musicales j'ai pu conclure que la musique a des effets bienfaits sur des personnes âgées souffrant et non souffrant de démence. En plus, la musique peut servir de moyen pour entrer en contact avec ce premier groupe.

INHOUDSTAFEL

VOORWOORD	1
SAMENVATTING	2
RESUME	3
INHOUDSTAFEL	4
INLEIDING	7
1 MUZIEK	8
1.1 Definitie	8
1.2 De verschillende elementen van muziek	8
1.2.1 Ritmische elementen	8
1.2.2 Tonale elementen.....	9
1.2.3 De klank	9
1.3 Invloed van muziek	10
1.3.1 Cognitief niveau	10
1.3.2 Emotioneel niveau.....	10
1.3.3 Sociaal niveau	11
1.3.4 Motorisch niveau.....	11
1.3.5 Besluit.....	11
2 MUZIEK THERAPIE	12
2.1 Inleiding	12
2.2 Definitie	12
2.2.1 Methodische vorm van hulpverlening	12
2.2.2 Muzikale middelen.....	12
2.2.3 Een therapeutische relatie	12
2.2.4 Verandering, ontwikkeling, stabilisatie of acceptatie op emotioneel, gedragmatig, cognitief, sociaal of lichamenlijk gebied	12
2.3 Vormen van muziektherapie	13
2.3.1 Actieve muziektherapie	13
2.3.2 Receptieve muziektherapie	14
2.3.3 Besluit.....	14
3 MUZIEK EN ERGOTHERAPIE	15
3.1 Inleiding	15
3.2 Het model	15
3.3 Besluit	17
4 MUZIEK EN DEMENTIE	18
4.1 Inleiding	18
4.2 Wat is dementie	18
4.3 De oorzaak van dementie	19
4.4 Verschillende soorten dementie	19
4.4.1 De primaire groep	19
4.4.2 De secundaire groep.....	20

4.5	Het verloop	20
4.5.1	De verschillende fasen	20
4.6	Muziek sluit aan bij de belevingswereld	21
4.6.1	Een verbrokkelde belevingswereld	21
4.6.2	Jeugdherinneringen	22
4.6.3	Afscheid.....	22
4.6.4	Dwangmatig handelen en denken	22
4.6.5	Emotionele vervlakking	22
4.6.6	Onzekerheid, schaamte en faalangst.....	22
4.6.7	Isolement	23
4.7	Besluit	23
5	ENKELE AANDACHTSPUNTEN	24
5.1	De actuele toestand van de dementerende bejaarde.....	24
5.2	Eigenschappen van de therapeut	24
5.3	De omgeving	24
5.4	Stilte	25
5.5	Besluit.....	25
6	VOORSTELLING STAGEPLAATS	26
7	VOORSTELLING BETROKKEN BEWONERS	27
7.1	Profielchets Charel	27
7.2	Profielchets Leonie	27
7.3	Profielchets Elodie.....	28
7.4	Profielchets Mariette	28
8	MUZIEKACTIVITEITEN	30
8.1	Muziekactiviteiten in kleine groep	30
8.1.1	Activiteit 1	30
8.1.2	Activiteit 2	31
8.1.3	Activiteit 3	32
8.1.4	Activiteit 4	33
8.1.5	Algemene evaluatie	34
8.2	Individuele muziekactiviteiten	34
8.2.1	Muziekactiviteiten bij Charel Van Den Branden	35
8.2.2	Muziekactiviteiten bij Leonie	40
8.2.3	Muziekactiviteiten bij Elodie Van Tongerlo.....	44
8.2.4	Muziekactiviteiten bij Mariette.....	49
8.3	Activiteiten waar alle bewoners aan kunnen deelnemen	54
8.3.1	Zangstonde.....	54
8.3.2	Zitdans	55
8.3.3	Muziekganzenbord	56
8.3.4	Medley op het kerstfeest	57
8.3.5	Hoger lager met muziekvragen	58
8.3.6	Al zingend op wereldreis	59
8.3.7	Optreden van Jos Heylen.....	61
8.3.8	Rad van fortuin met zangers en liedjes.....	62

9	EVALUATIE VAN HET MEDIUM MUZIEK.....	64
9.1	Cirkel 1: Individu centraal.....	64
9.2	Cirkel 2: Vijf functies en vaardigheden.....	64
9.3	Cirkel 3: Handelingsgebieden.....	65
9.4	Cirkel 4: Omgevingsfactoren.....	65
9.5	Het medium muziek versus ergotherapie.....	65
10	VERDER ZETTEN MUZIEKACTIVITEITEN IN DE BERK.....	66
10.1	Openstaan.....	66
10.1.1	Openstaan volgens McGuire.....	66
10.1.2	Praktische toepassing: Openstaan.....	67
10.2	Begrijpen.....	67
10.2.1	Begrijpen volgens McGuire.....	67
10.2.2	Praktische toepassing: Begrijpen.....	67
10.3	Willen.....	68
10.3.1	Willen volgens McGuire.....	68
10.3.2	Praktische toepassing: Willen.....	68
10.4	Kunnen en doen.....	69
10.4.1	Kunnen en doen volgens McGuire.....	69
10.4.2	Praktische toepassing: Kunnen en doen.....	69
10.5	Blijven doen.....	70
10.5.1	Blijven doen volgens McGuire.....	70
10.5.2	Praktische toepassing: Blijven doen.....	71
10.6	Besluit.....	71
	ALGEMEEN BESLUIT.....	72
	LITERATUURLIJST.....	73
	BIJLAGEN.....	75
	BIJLAGE 1 BEWEGINGEN ZITDANS.....	76
	BIJLAGE 2 KNUTSELEN VAN MUZIEKINSTRUMENTEN.....	77

INLEIDING

Vertrekkende vanuit de centrale vragen: "Wat is het effect van muziek als ergotherapeutisch medium op ouderen" en "Bestaat de mogelijkheid om via muziek in contact te treden met matig tot ernstig dementerende ouderen" heb ik gedurende 10 weken rond dit thema gewerkt in rusthuis "De Berk". Mijn bedoeling was om in deze setting muziek te integreren in het activiteitenaanbod van zowel dementerende als niet dementerende ouderen.

Muziek is iets dat vele ouderen of bejaarden tijdens hun leven hebben gekend. Bovendien kan muziek ook vaak worden gelinkt aan belangrijke gebeurtenissen in een mensenleven. Muziek kan daardoor heel wat herinneringen oproepen en mogelijk een poort zijn tot contact met dementerende ouderen.

Met dit eindwerk wil ik dus de effecten van muziek op ouderen verduidelijken en een beeld geven van de weg die ik aflegde naar het contact met de dementerende bejaarde door middel van muziek.

Het geheel wordt ingeleid met een theoretische achtergrond rond muziek en de mogelijke invloeden van muziek op de mens die reeds beschreven zijn.

In het tweede hoofdstuk licht ik het begrip muziektherapie toe en de mogelijke vormen van muziektherapie, daar muziek reeds als therapeutisch medium wordt gebruikt.

Nadien wil ik dan ook verklaren waarom een ergotherapeut muziek als medium mag en kan gebruiken.

Vervolgens wil ik muziek ook reeds even linken met dementie. In eerste instantie beschrijf ik het begrip dementie, de oorzaak van dementie, de verschillende vormen van dementie en het verloop ervan om nadien te beschrijven hoe muziek aansluit bij de belevingswereld van de dementerende bejaarde.

Hoofdstuk 5 vermeldt nog enkele aandachtspunten waarmee men rekening kan houden wanneer men muziek als therapeutisch middel gaat gebruiken.

Vervolgens wil ik in hoofdstuk 6 kort mijn stageplaats voorstellen, zodat een beeld kan gevormd worden van het rusthuis.

In hoofdstuk 7 stel ik u de vier dementerende bejaarden voor die ik betrokken heb bij mijn eindwerk, zodat u zich een beeld kan schetsen van de bejaarde en de effecten van muziek bij deze persoon ook beter kan plaatsen.

Hoofdstuk 8 geeft de verschillende muziekactiviteiten die ik in het rusthuis heb uitgevoerd weer. U zal zien dat ik muziek op verschillende manieren heb toegepast. Ik heb muziek namelijk gebruikt in kleine groep, individueel en in grote groep.

In het voorlaatste hoofdstuk wordt muziek als ergotherapeutisch medium geëvalueerd aan de hand van het model van menselijk handelen van Reed en Sanderson.

Tot slot geeft hoofdstuk 10 weer hoe ik te werk ben gegaan om muziek in het rusthuis te integreren.

1 MUZIEK

In dit eerste hoofdstuk wil ik muziek definiëren en een beschrijving geven van de verschillende elementen van muziek, als ook de invloed van muziek op het menselijk functioneren. Omdat muziek voor mij het medium is waar ik mee aan de slag zal gaan en muziek voor iedereen een andere betekenis heeft, vind ik het belangrijk dat hierover een éénduidig beeld bestaat naar de lezer toe. Bovendien wil ik duidelijk maken dat muziek meer is dan slechts een auditieve prikkel.

1.1 Definitie

Alle culturen en tijden hebben muziek gekend, maar doordat muziek op verschillende plaatsen en tijden op een steeds andere manier beoefend werd en wordt, is er geen eensgezindheid wat betreft de definitie van muziek. Het is moeilijk om te bepalen wanneer iets muziek is en wanneer niet. Het antwoord op deze vraag verschilt dan ook sterk bij de diverse muziektheoretici en filosofen.

Het is wel een onomstreden feit, dat het bij muziek altijd om het hoorbare of het ontbreken daarvan gaat. Muziek is een tijdskunst, met hoorbare klanken, tonen enz. die elkaar opvolgen in tijd. Op deze manier onderscheidt muziek zich dus van de beeldende kunsten, waarbij het om het zichtbare gaat. Muziek is nauw verwant met poëzie, waarbij het zichtbare en het hoorbare verenigd worden, hetgeen bij geschreven muziek ook het geval is. (Wikipedia,2006)

Van Dale (2006) omschrijft muziek als volgt: "Geluid, voortgebracht door de menselijke stem of door instrumenten omwille van de schoonheid van dat geluid of als expressie van gevoelens".

1.2 De verschillende elementen van muziek

1.2.1 Ritmische elementen

1.2.1.1 Het ritme

Het element dat in alle muziek voorkomt, is het element van verandering in tijd, van opéénvolging van verschillende klanken. Men spreekt van ritme als deze opéénvolging op een zodanige manier gebeurt, dat er een hoorbare structuur ontstaat. Er ontstaat een beleving van een tel. Ook steeds wisselende, zich niet herhalende patronen kunnen als een ritme ervaren worden, indien er tenminste een waarneembare tel is. Meestal is er echter sprake van een cyclus van een bepaald aantal tellen, die steeds herhaald wordt.

1.2.1.2 Het tempo

Afhankelijk van de snelheid of tempo van het ritme, kan men spreken van snelle of langzame muziek. Veelal zal de snelheid van het ritme zich in het gebied van de snelheid van de hartslag bevinden. De hartslag van de mens in rust ligt ruwweg tussen 60 en 100 slagen per minuut. Dit verklaart enigszins ook de lichamelijke werking van het ritme.

1.2.1.3 De maat

Maat is de ordening van muziek in min of meer gelijke tijdseenheden. Het schept orde in een muziekstuk.

1.2.2 Tonale elementen

1.2.2.1 De toonhoogte

Één van de tonale elementen in de muziek is de toonhoogte van een klank. In verschillende culturen en tijden zijn verscheidene systemen ontstaan om met toonhoogte om te gaan. Dit resulteerde meestal in een bepaalde toonladder of stemming.

1.2.2.2 De melodie

Een opeenvolging van toonhoogtes noemt men melodie. In tegenstelling tot het meestal doorlopende ritme is de melodie een soort muzikale gedachte met een specifiek karakter, met een duidelijk begin en einde. De melodie bepaalt de sfeer van een muziekstuk en heeft een bepaald spanningsverloop. In een muziekstuk bouwt men vaak eerst de spanning op tot een bepaald niveau of hoogtepunt om daarna de spanning weer af te bouwen. Spanning gaat vaak gepaard met een stijging in toonhoogte, ontspanning brengt eerder een daling van toonhoogte met zich mee.

1.2.2.3 De harmonie

Onder harmonie verstaat men de samenklank van verschillende klanken of tonen. In de Europese klassieke muziek is de harmonieleer ontstaan, die de zinvolle opeenvolging van akkoorden beschrijft. Sommige klanken passen beter samen dan anderen, soms worden bepaalde combinaties van klanken zelfs als foutief ervaren.

1.2.3 De klank

Elke muziek maakt gebruik van specifieke klankkleuren, meestal door middel van het gebruik van specifieke muziekinstrumenten. Elk instrument heeft zijn eigen klankkleur. Elke stijl van muziek heeft dan ook vaak een aantal instrumenten die kenmerkende klank geven aan deze stijl. Zo heeft de Jazz bijvoorbeeld de saxofoon.

(Wikipedia,2006)

1.3 Invloed van muziek

Iedereen, van jong tot oud reageert op muziek. Muziek is echter niet zomaar een auditieve prikkel; muziek is meer! Het horen van muziek brengt in ons een proces op gang dat leidt tot het meebeleven van en het reageren op het muzikale klankenspel. Als begeleider heeft men bij het gebruik van muziek twee grote mogelijkheden: ofwel induceert men een bepaalde emotie of gedraging van de deelnemer door middel van muziek, ofwel ondersteunt men de emotionele stemming of gedragingen van de deelnemer met een bepaald muziekstuk. (Verdult & Stroecken, 1997) Het gebruik van het medium muziek, blijkt in elk geval positieve effecten te hebben op zowel cognitief, emotioneel, sociaal als motorisch gebied.

1.3.1 Cognitief niveau

Muziek kan men gebruiken om personen te stimuleren om hun cognitieve vermogens aan te spreken. Complexe muziek veroorzaakt een stijgende cognitieve activiteit, waardoor er een activerende werking vanuit gaat, de concentratie toeneemt en het selectief luisteren en verwerken van informatie beter verloopt. (van Nieuwenhuijzen & Broersen, 1997) Cognitieve vaardigheden zoals aandacht, concentratie en kritische zin kunnen door het bespelen van instrumenten, zingen, luisteren naar muziek enz. geoefend worden. Muziek kan ook gebruikt worden om de realiteitsoriëntatie te bevorderen. Dit kan o.a. door gebruik te maken van seizoensgebonden of thematische muziek. Deze muziek kan het besef van tijd en plaats aanspreken en bevorderen. Bovendien kunnen zowel langetermijn- als kortetermijngeheugen gestimuleerd worden door muziek. Door middel van muzikale associaties en het zingen van bekende liedjes wordt het oproepen van herinneringen die moeilijker toegankelijk waren gestimuleerd. Muziek en zang kunnen cognitieve vermogens stimuleren tot het aanleren van nieuwe vaardigheden door de kennis die men reeds bezit aan te spreken. Een voorbeeld hiervan is het bespelen van een instrument. (MTABC, 2006) Muzikale functies in de hersenen blijven tenslotte langer intact dan andere functies. (van Nieuwenhuijzen & Broersen, 1997)

Charel is dementerend, maar wanneer ik "Annemarieke" voor hem zing, zingt hij dit lied volledig mee.

1.3.2 Emotioneel niveau

Muziek kan gebruikt worden om gevoelens van verdriet, eenzaamheid, depressie los te maken en anderzijds bijdragen aan een goed gevoel en tevredenheid. Het gevoel van een eigen identiteit kan versterkt worden door herinneringen aan belangrijke personen en gebeurtenissen aan het licht te laten komen. Door deze levenservaringen en hieraan gekoppelde emoties boven te laten komen kunnen innerlijke conflicten verwerkt worden en kan gevoelsvervlakking op deze manier tegengewerkt worden. (MTABC, 2006) Bij ernstig dementerenden lijken de muzikale voorkeuren bijvoorbeeld vooral terug te vallen op de muziek die ze kenden in hun lagere school- en adolescentieperiode. (Verdult & Stroecken, 1997) Ook agressief gedrag en dolen kunnen ingeperkt worden met behulp van muziek. Bepaalde goed geselecteerde muziek kan gebruikt worden om te reflecteren en zo een gepaste manier worden voor het uiten van deze gevoelens. Men kan dit bijvoorbeeld gebruiken wanneer woorden geen betekenis meer hebben voor het betrokken individu. (MTABC, 2006) Iedereen kan zich inbeelden dat het goed kan doen om naar verdrietige muziek te luisteren en even te mogen huilen om al het verkropte verdriet te uiten. Dit zal voor ieder een opluchting in houden. (Zantopp, 2002)

Na het zingen van bekende liedjes wordt Charel rustiger en neemt zijn roepgedrag af.

1.3.3 Sociaal niveau

Uit een onderzoek van Smeysters en Aldridge blijkt dat actief muziek maken de interactie tussen mensen bevordert. (Nieuwenhuijzen & Broersen, 1997) Muziek heeft blijkbaar ook de kracht om mensen samen te brengen. Wanneer men in groep bekende liederen zingt of hoort, kan er een gevoel van samenhang ontstaan. (Zantopp, 2002) *Wanneer de bewoners van De Berk bijvoorbeeld "Oh mijn liefste Meerhout" zingen is dit gevoel van samenhang duidelijk aanwezig.* Er worden kansen gecreëerd om aan verbale of non-verbale zelfexpressie te doen (MTABC, 2006) Bovendien biedt muziek aan therapeuten de mogelijkheid om binnen te treden in de belevingswereld van mensen met cognitieve problemen, bij wie dit onder andere via taal moeilijk of onmogelijk is. Op deze manier kan er toch met deze mensen in contact getreden worden. (Meersman, 2003)

1.3.4 Motorisch niveau

Muziek heeft ook op motorisch vlak heel wat invloed. Muziek werkt in de eerste plaats activerend. Het element ritme, beïnvloedt de niet-cognitieve delen van de hersenen en heeft invloed op de hersenstam. Ritme werkt dus reflexmatig en autonoom. Sterk ritmische muziek stimuleert mensen tot bewegen. Een eerder monotoon ritme heeft dan weer een eerder meditatieve functie en leidt tot bewegingsloosheid waardoor de concentratie wordt verhoogd. De elementen tempo en dynamiek blijken van invloed op de hartslag. (Nieuwenhuijzen & Broersen, 1997) Ook het bespelen van instrumenten heeft een positieve invloed op de motoriek van het lichaam. Hierdoor kan de bewegingsuitslag van de ledematen vergroot of behouden worden en kunnen spieren verstevigd worden. Zingen heeft een positieve invloed op de ademhaling en kan de spraakmotoriek verbeteren. Bovendien werkt muziek rustgevend en ontspannend, op deze manier kan muziek het inslapen vergemakkelijken en pijn verminderen. (MTABC, 2006)

1.3.5 Besluit

Muziek kan dus een positieve invloed hebben op zowel cognitief, emotioneel, sociaal en motorisch gebied. Kortom muziek draagt bij tot de kwaliteitsverbetering van het leven. Wanneer men op de hoogte is van deze mogelijke effecten, dan is muziek een medium waar niet zomaar aan voorbij gegaan mag worden.

2 MUZIEKTHERAPIE

2.1 Inleiding

Muziektherapie is "de" therapievorm waarbij men gebruik maakt van het medium muziek. Daarom vind ik het toch belangrijk dat dit begrip ook uitgeklaard wordt en dat de verschillende vormen waarbij muziek als therapeutisch medium gebruikt wordt, uitgeklaard worden. Omdat er in dit hoofdstuk sprake is van therapie, gebruik ik ook het woord "cliënt" om aan te duiden aan wie deze therapie gegeven wordt.

2.2 Definitie

De stichting muziektherapie (1999) definieert muziektherapie als volgt: "Muziektherapie is een methodische vorm van hulpverlening waarbij muzikale middelen binnen een therapeutische relatie gehanteerd worden ten einde veranderingen, ontwikkelingen, stabiliteit of acceptatie op emotioneel, gedragsmatig, cognitief, sociaal of lichamenlijk gebied te bewerkstelligen".

2.2.1 Methodische vorm van hulpverlening

"Methodisch" impliceert volgende facetten: aan de muziektherapie gaat een indicatiestelling vooraf. De basis van de therapie ligt bij de muziektherapeutische probleemanalyse die aansluit bij een algemene diagnose. Er worden expliciete doelstellingen geformuleerd die onderdeel zijn of aansluiten bij het algemene hulpverleningsplan. Er wordt planmatig gewerkt. Bij de keuze van de therapeutische methodieken gebruikt men de in het beroepsveld aanwezige kennis en inzichten. De therapieresultaten worden geëvalueerd in het licht van de vooropgestelde doelen.

2.2.2 Muzikale middelen

Dit zijn o.a. muzikale elementen als maat, ritme, melodie, harmonie en klank en hun integratie in muziek. Verder horen hierbij muziekinstrumenten, de stem, muzikale spelvormen en muzikaal cultuuroed in geschreven of opgenomen vorm.

2.2.3 Een therapeutische relatie

Een therapeutische relatie is een professionele relatie tussen cliënt en therapeut, gebaseerd op een hulpverleningsovereenkomst, inhoudelijk en in tijd beperkt door de therapeutische doelstellingen, waarin de therapeut zich houdt aan de gedragsregels van de beroepscode. Inhoudelijke kenmerken van de relatie zijn een empathische opstelling van de therapeut en het bewust omgaan met relationele aspecten zoals overdracht en tegenoverdracht.

2.2.4 Verandering, ontwikkeling, stabilisatie of acceptatie op emotioneel, gedragsmatig, cognitief, sociaal of lichamenlijk gebied

Verandering: Hierbij gaat het om de processen waarbij iets nieuw in de plaats komt van iets oud.

Ontwikkeling: Er wordt een aanwezig potentieel effectief ontplooid.

Stabilisatie: achteruitgang of ongewenste schommelingen in het toestandsbeeld van de cliënt voorkomen.

Acceptatie: De cliënt leert omgaan met zijn eigen beperkingen en met de onveranderbare omstandigheden.

Alle vier de processen kunnen betrekking hebben op emotionele, gedragsmatige, cognitieve, sociale of lichamelijke verschijnselen.

2.3 Vormen van muziektherapie

2.3.1 Actieve muziektherapie

Bij de actieve vorm van muziektherapie is de cliënt zelf actief betrokken bij het vormgeven aan de muziek. Bij de actieve muziektherapie heeft de cliënt de rol van deelnemer.

Centraal in deze vorm van therapie staat het gezamenlijk muziek maken. Dit kan een groepsgebeuren zijn of in individueel contact met de therapeut plaats vinden. De cliënt en therapeut gebruiken zowel instrumenten al hun stem.

De cliënt moet niet over een voorkennis van muziek te beschikken, noch de vaardigheid om een bepaald instrument te bespelen. Alle instrumenten kunnen op een eenvoudige manier bespeeld worden en bovendien zal de muziektherapeut voldoende uitleg kunnen geven om de instrumenten te gebruiken. Op deze manier heeft de cliënt de kans iets nieuws te ontdekken.

Muziektherapie is geen muziekles. Het doel is niet dat de cliënt een muziekinstrument leert bespelen of iets muzikaal moois kan produceren. Het gaat om de processen in de muziek en om het contact met de therapeut. De ervaringen die men tijdens de sessies op doet, kunnen een hulp zijn in het dagelijkse leven. De muziektherapeut is namelijk psychotherapeutisch onderbouwd en kan muzikale reacties linken aan gedragingen in het dagelijks leven.

Wat men concreet doet is afhankelijk van het doel van de therapie en de persoonlijke voorkeuren van de cliënt:

- Zingen:

Men kan samen met andere cliënten of de therapeut bestaande liedjes zingen of nieuwe liedjes schrijven.

- Improviseren:

Improviseren is muziek maken zonder bladmuziek. Men kan vrij improviseren of hieromtrent enkele afspraken maken. Deze afspraken kunnen gaan over een bepaald onderwerp, over wie gaat beginnen, over het tempo enz. Op deze manier wordt het samen kunnen spelen iets vergemakkelijkt.

- muzikale spelsituaties en opdrachten:

De muziektherapeut kan werken met bepaalde opdrachten. Dit zijn een soort spelregels voor de muziek. De spelsituaties vinden vooral plaats op instrumenten en met de stem. Een voorbeeld van een opdracht is een bepaald ritme na spelen.

Actieve muziektherapie betekent dus actief psychisch en fysiek bezig zijn met muziek.

2.3.2 Receptieve muziektherapie

Tijdens receptieve muziektherapie wordt er door de cliënt zelf geen muziek gemaakt. De cliënt luistert echter naar de muziek. Hieraan kunnen eventueel opdrachten verbonden zijn.

De muziek kan door de therapeut zelf live worden uitgevoerd of er kan opgenomen muziek uitgezocht worden. De therapeut kan muziek kiezen die al dan niet van betekenis is voor de cliënt. Hij kan de muziek laten aansluiten bij de actuele stemming van de cliënt of net niet en hiermee de stemming van de cliënt trachten te veranderen. Met andere woorden de therapeut bepaalt of hij een welbepaalde emotie zal induceren of ondersteunen door middel van muziek.

Naar aanleiding van de muziek kan een gesprek ontstaan over de muziek zelf of over de emoties en herinneringen die deze muziek teweegbrengt bij de cliënt.

Het gaat hierbij om het beleven van muziek en het kunnen herkennen, aannemen en uiten van emoties.

(Zantopp, 2002)

2.3.3 Besluit

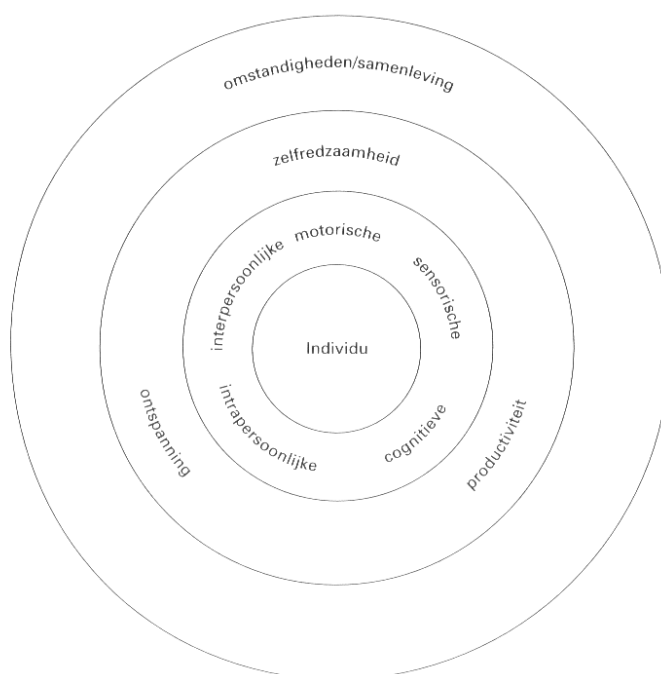
Muziektherapie is dus net als ergotherapie een methodische vorm van hulpverlening. Er worden eveneens behandeldoelen opgesteld die men met therapeutische activiteiten tracht te bereiken. Met dit verschil dat bij muziektherapie muziek "het" medium is en dat bij ergotherapie muziek één van de verschillende middelen is. Bij muziektherapie maakt men, afhankelijk van de vooropgestelde doelen, gebruik van de actieve of receptieve vorm van muziektherapie.

3 MUZIEK EN ERGOTHERAPIE

3.1 Inleiding

Mag men als ergotherapeut ook gebruik maken van het medium muziek?
 In mijn antwoord op deze vraag maak ik gebruik van het Model van het menselijk handelen van Reed en Sanderson, omdat dit model aansluit bij het procesmatig denken en handelen van een ergotherapeut. Een ergotherapeut wordt steeds verondersteld uit te gaan van de mogelijkheden die een persoon bezit. Uiteraard moet er rekening gehouden worden met de beperkingen die iemand heeft. Het is dus de kunst van de therapeut zijn activiteiten zo aan te passen dat deze de mogelijkheden van de bewoner optimaal aanspreken zonder de bewoner te verstrikken in zijn beperkingen.

3.2 Het model



Figuur 1: Model van menselijk handelen

In cirkel 1 kan men zien dat het individu centraal staat. Het is hierin dat de kracht als therapeut schuilt: de cliënt staat centraal. De therapeut accepteert de cliënt of bewoner in zijn eigenheid. Het individu heeft dus zijn eigen ervaringen, waarden en normen die een belangrijke rol spelen bij het adequaat handelen.

Om handelingen te kunnen verrichten, moet de mens beschikken over functies en vaardigheden. Zij bevinden zich in cirkel 2. Reed en Sanderson noemen dit ook handelingsvaardigheden. Er zijn vijf gebieden van handelingsvaardigheden te onderscheiden: het motorische, sensorische, cognitieve, intra- en interpersoonlijke gebied.

Deze functies en vaardigheden heeft de mens in zijn dagelijks leven nodig om handelingen te kunnen verrichten in de drie handelingsgebieden van cirkel 3. De drie handelingsgebieden zijn: zelfredzaamheid, ontspanning en productiviteit. De activiteiten uit het dagelijks leven zijn dus opgedeeld in deze drie handelingsgebieden.

De buitenste cirkel, cirkel 4 representeert uiteindelijk woon-, leef- en werkomstandigheden en de samenleving waarin de mens zijn handelingen plaats vinden. Bovendien is er een constante aanpassing nodig van het individu aan de omstandigheden waarin hij verkeert, maar ook het aanpassen van de omstandigheden aan de mogelijkheden en wensen van het individu. (Kinébanian & Thomas, 1998)

Hoe kunnen we muziek nu koppelen aan deze verschillende cirkels:

Cirkel 1: Binnen eender welke therapievorm waarbij men gebruik maakt van het medium muziek, staat het individu centraal.

Als ik de verschillende handelingsvaardigheden bekijk (cirkel 2), merk ik dat we op elk van de vijf gebieden kunnen werken met muziek. De manier waarop muziek gebruikt wordt, is natuurlijk afhankelijk van de doelstelling die men voorop stelt.

- Het motorische gebied: muziek zet aan tot bewegen. Op die manier kan de motoriek op verschillende wijzen geoefend worden. Veelal wordt er gebruik gemaakt van slaginstrumenten om de cliënten gericht te laten bewegen en daarbij hun coördinatie te oefenen. Er kan ook geoefend worden op specifieke bewegingen (bijvoorbeeld: stappen op de muziek).
- Het sensorisch gebied: muziek stimuleert het auditieve en het tactiele. Men kan de aandacht trekken van cliënten door hen auditieve prikkels te bieden. Wanneer men de tastzin wil prikkelen kan men bijvoorbeeld de hand van de cliënt op de klankkast van een gitaar leggen.
- Het cognitieve gebied: aan de hand van muziek kan men iemand zijn aandacht en concentratie wekken, alleen al maar door het verschil tussen geluid en stilte, bijvoorbeeld het wegstervende geluid van een bekken. Of er kunnen klanken aangeboden worden buiten het gezichtsveld, waardoor de cliënt zich meer moet focussen.
- Het intrapersoonlijk gebied: muziek kan heel wat emoties oproepen. Men kan zich door muziek geagiteerd, vrolijk, triestig,... gaan voelen.
- Het interpersoonlijk gebied: muziek is een goede activiteit om in groep uit te voeren. Hierdoor kan er gewerkt worden aan de sociale vaardigheden van de cliënten. Ook kan muziek bijdragen tot het ontwikkelen van de spraak. De elementen waaruit muziek bestaat, melodie, ritme, tempo, dynamiek en toonhoogte, spelen namelijk ook bij de spraak en belangrijke rol.

Cirkel 3 bevat de handelingsgebieden: productiviteit, zelfredzaamheid en ontspanning. Dat muziek kan leiden tot ontspanning behoeft geen extra uitleg. Maar kan men via muziek ook werken aan productiviteit en zelfredzaamheid? Als een groepje muzikanten elke week oefent en na een aantal maanden een concert geeft, kan men dat aanzien als productiviteit. Het is moeilijker om muziek te koppelen aan zelfredzaamheid, maar als men bedenkt dat sommige mensen rustig worden bij het horen van achtergrondmuziek en dat ze hierdoor wel zelfstandig activiteiten kunnen uitvoeren als eten, zich aankleden,... dan kan men stellen dat muziek bijdraagt tot de zelfredzaamheid.

Cirkel 4 geeft het belang van omgevingsfactoren en de samenleving weer. Kleine aanpassingen in de omgeving zoals de achtergrondmuziek die ik eerder aanhaalde en het goed isoleren van een ruimte tegen lawaai van buitenaf, kunnen een grote invloed hebben op het handelen van een persoon. Het aanpassen van de omgeving, afhankelijk van de situatie is dus van groot belang.

3.3 Besluit

Het bovenstaande is een grote motivatie om als ergotherapeut gebruik te maken van het medium muziek. Muziek biedt oneindig veel mogelijkheden en kan dus perfect verbonden worden met de ergotherapeutische doelstellingen. Men dient wel telkens rekening te houden met de interesses van de cliënt. Men mag niet zomaar muziek aanbieden omdat men dit zelf graag doet. De cliënt moet plezier kunnen beleven aan de muziek! Als ergotherapeut kan men bovendien ook advies geven naar het aanpassen van muziekinstrumenten, zodat de cliënt deze zonder problemen kan bespelen.

4 MUZIEK EN DEMENTIE

4.1 Inleiding

Aangezien ik mijn activiteiten met het medium muziek onderhandere richt tot de matig en ernstig dementerende ouderen, is het van belang dat ik me verdiep in het ziektebeeld van dementie, zodat ik een duidelijk beeld heb van de beoogde doelgroep.

4.2 Wat is dementie

Dementie is een ernstige en uiteindelijk fatale aandoening, berustend op een voortschrijnende achteruitgang van het functioneren van de hersenen. Met andere woorden, dementie is een hersenaandoening waarin het geestelijke functioneren steeds verder achteruitgaat, zodat een normaal zelfstandig leven uiteindelijk niet meer mogelijk is.

Dementie is een syndroom en dus een verzameling van symptomen die zich tegelijkertijd voordoen en verschillende oorzaken kunnen hebben.

(Expertisecentra Dementie Vlaanderen, 2006)

DSM-IV omschrijft dementie aan de hand van de volgende 5 criteria/ symptomen:

- Er is een duidelijk aantoonbare stoornis in het kortetermijngeheugen en in het langetermijngeheugen. De stoornis in het kortetermijngeheugen uit zich in het onvermogen zich drie voorwerpen te herinneren na 5 minuten. De stoornis in het langetermijngeheugen uit zich in het zich niet kunnen herinneren van persoonlijke informatie uit het verleden of algemene kennisfeiten.
- Minstens één van de volgende kenmerken doet zich voor:
 - Er is een stoornis in het abstract denken. Dit uit zich in het onvermogen verschillen te herkennen tussen verwante woorden. Bovendien hebben ze moeilijkheden om betekenissen van woorden en begrippen te omschrijven.
 - Er is sprake van een stoornis in het oordeel- en kritiekvermogen. Dit wordt verstaan als het onvermogen rationele plannen te maken in het omgaan met problemen of gebeurtenissen in interpersoonlijke contacten.
 - Er is een stoornis in de hogere corticale functies. Hieronder verstaan we:
 - Apraxie
 - Afasie
 - Agnosie
- Er is sprake van persoonlijkheidsveranderingen.

- Deze stoornissen leiden tot verstoring van werk, sociale relaties en activiteiten.
- De verschijnselen doen zich niet enkel en alleen voor in een delirante toestand, dus ook wanneer het bewustzijn normaal is.

(DSM-IV)

4.3 De oorzaak van dementie

De echte onderliggende oorzaak van dementie is nog steeds onbekend. Men weet wel dat de hersencellen afsterven. Maar voor het de meeste gevallen is de oorzaak hiervan nog niet achterhaald. De laatste jaren is er veel onderzoek gebeurd naar mogelijke oorzaken, maar veel verder dan het formuleren van hypothesen komt men voorlopig niet.

(Jansen, 2005)

4.4 Verschillende soorten dementie

Onder de grote noemer dementie kan men een aantal verschillende soorten van dementie onderscheiden. Deze kunnen ingedeeld worden in twee groepen: de primaire en de secundaire groep.

4.4.1 De primaire groep

Tot de primaire groep behoort de ziekte van Alzheimer en de vasculaire dementie. Dit zijn de meest voorkomende vormen van dementie.

4.4.1.1 De ziekte van Alzheimer

50-70% van de dementerenden heeft de ziekte van Alzheimer. Bij deze vorm van dementie sterven de hersencellen in grote aantallen af. Er is sprake van een geleidelijke achteruitgang over de ganse lijn. De oorzaak van dit type dementie is nog onbekend. Bovendien is de ziekte van Alzheimer nog niet te genezen en is de achteruitgang hooguit te vertragen.

4.4.1.2 Vasculaire dementie

Deze vorm van dementie komt in 20 % van de gevallen voor. Vasculaire dementie wordt veroorzaakt door een stoornis in de bloedvaten van de hersenen zoals de afsluiting van een bloedvat. Vasculaire dementie begint dus zeer acuut en is herkenbaar door het plotselinge wegvallen van bepaalde functies, waardoor er zeer plaatselijke stoornissen kunnen ontstaan. Het verloop van de ziekte heeft een nogal grillig karakter. Na elk infarct is er een stapsgewijze verslechtering te zien. Vasculaire dementie is ook gekend onder de naam multi-infarctdementie.

4.4.2 De secundaire groep

Hierbij ligt een specifieke aandoening aan de basis. De dementie is slechts een secundair gevolg hiervan. Tot de secundaire groep horen de dementie ten gevolge van langdurig alcoholgebruik en de secundaire dementie met aan de basis een lichamelijke kwaal.

(Novartis Pharma Nederland, 2004)

4.5 Het verloop

Het verloop van dementie is individueel en kent bij iedereen een ander verloop. Algemeen kan men echter stellen dat het een onomkeerbaar proces van aftakeling is, dat bij de één wat trager of sneller verloopt dan bij de ander. Het verloop kan uiteraard ook sterk verschillen afhankelijk van de vorm van de dementie. Bovendien zijn er nog een heel aantal externe factoren, zoals betekenisvolle gebeurtenissen, die een invloed hebben op het verloop van het proces.

4.5.1 De verschillende fasen

In de zorg voor dementerenden deelt men het verloop van het dementeringsproces in, in verschillende fasen. Op deze manier kan men aangeven welke benadering het best past bij de dementerende persoon op dit moment. Er bestaan verschillende indelingen. Ik zal hier de indeling volgens DSM-IV bespreken. De indeling omvat drie fasen: lichte, matig en ernstig.

4.5.1.1 Licht dementerende fase

Het opvallendst tijdens deze fase is de lichte geheugenproblematiek. Bovendien ervaart de dementerende bejaarde missers in zijn taal en ervaart hij de eerste problemen in de coördinatie van complexe taken. Hierdoor worden werk en sociale activiteiten in belangrijke mate gestoord. De dementerende bejaarde beschikt nog wel over de mogelijkheid een zelfstandig en onafhankelijk leven te leiden en kan hij zelfstandig instaan voor zijn persoonlijke hygiëne. Al is een beetje ondersteuning in deze fase soms wel wenselijk. De dementerende bejaarde in deze fase beschikt over een relatief intact beoordelingsvermogen en voelt dan ook dat niet alles even vlot meer gaat. Dit maakt dat de bejaarde soms onzeker wordt en twijfelt. Hij kan hierdoor verdrietig of opstandig worden. Er volgt als het ware een soort rouwproces. Vaak schaamt de dementerende bejaarde zich ook en zal hij door façadegedrag de eerste symptomen proberen te verhullen. De dementerende bejaarde leeft nog wel in het hier en nu.

4.5.1.2 Matig dementerende fase

Wanneer de dementerende bejaarde zich in deze fase bevindt, heeft hij meer hulp nodig. In deze fase vinden dan ook de meeste opnames plaats. Een onafhankelijk leven leiden is te riskant geworden. De dementerende bejaarde heeft een bepaalde graad van supervisie nodig. Bij de matig dementerende bejaarde treedt de verwardheid steeds meer op de voorgrond. De dementerende bejaarde raakt steeds meer gedesoriënteerd in tijd, plaats en persoon. Afasie, apraxie en agnosie, worden steeds duidelijker waarneembaar. Door het verdergaande identiteitsverlies en controleverlies groeit de angst van de dementerende bejaarde. De matig dementerende bejaarde gaat meer en meer in het verleden leven. Een gestructureerde omgeving kan helpen om het contact met de realiteit te behouden. Het contact tussen dementerende bejaarde en hulpverlener verloopt nog wederkerig, maar vergt veel structuur.

4.5.1.3 Ernstig dementerende fase

De ernstig dementerende bejaarde kenmerkt zich door een sterk verval van cognitieve mogelijkheden. Er wordt aangenomen dat de geheugen- en taalfuncties grotendeels verdwenen zijn. De desoriëntatie is compleet. Dit alles betekent dus ook dat de ADL danig verstoord zijn dat er meer dan supervisie nodig is. De minimumvereisten voor persoonlijke hygiëne vervagen of zijn afwezig. De demente oudere is volledig afhankelijk geworden. De identiteit is verloren gegaan, hij leeft nu zeer vaak in het verleden of in een eigen wereld. Contact moet vaak vanuit de hulpverlener komen.

(Jansen, 2005)

(Verdult, 1993)

(Zantopp, 2002)

4.6 Muziek sluit aan bij de belevingswereld

De doelgroep die ik beoog zijn de matig en ernstig dementerende bejaarden. Dit is echter een te algemene omschrijving. Daarom is het belangrijk verder te gaan kijken, namelijk naar het individu zelf! De individuele voorkeur zou namelijk de belangrijkste parameter zijn voor het slagen van muziekgebruik bij dementerende bejaarde. De therapeut of muziekbegeleider moet dus eerst op zoek naar het soort muziek dat aanslaat en effect heeft bij deze individuele bewoner. In grote lijnen is er wel een en ander bekend over de bruikbaarheid van verschillende soorten muziek, over eigenschappen van muziek en hoe zij aansluiten bij de belevingswereld en problematiek van dementerende mensen. (Abrahams)

4.6.1 Een verbrokkelde belevingswereld

Het belangrijkste kenmerk van dementie is geheugenverlies. Dit geheugenverlies leidt vaak tot angst of hevige stemmingswisselingen. De belevingswereld van de dementerende oudere verbrokkelt als het ware. Muziek biedt structuur door het ritme en het afgeronde geheel. Een bekend muziekstuk biedt herkenning en een vertrouwde sfeer. Duidelijkheid en herkenbaarheid van vorm spelen hierbij een belangrijke rol. Een voorbeeld hiervan is marsmuziek. Wanneer men gaat improviseren heeft men het extra voordeel van flexibiliteit. De deelnemers of begeleider van de muziekactiviteit kunnen steeds het tempo, de mate van chaos enz. aanpassen. Hiermee kan plotselinge angst of woede voorkomen worden.

4.6.2 Jeugtherinneringen

Herinneringen aan een ver verleden zijn bij dementerende personen vaak nog het best toegankelijk. Kinderliedjes roepen herinneringen op en geven een veilig gevoel.

4.6.3 Afscheid

Ouderdom staat vaak in verbondenheid met voortdurend afscheid nemen. Het verlies van mensen die men lief heeft, van sociale rollen en vaardigheden brengt vaak veel eenzaamheid en verdriet met zich mee. Muziek, al dan niet geïmproviseerd, leent zich tot symbolisering van datgene waarvan afscheid genomen moe(s)t worden. Muziek die belangrijk was in een bepaalde relatie of levensfase, kan hierbij een belangrijke rol spelen. Dit geldt eveneens voor religieuze muziek. Muziekactiviteiten bieden de kans om te benadrukken wat iemand nog wel kan. Dit is een gelegenheid om iemand zijn situatie in een ander licht te zien. Door middel van eenvoudige succeservaringen, ondervindt de persoon in kwestie, dat hij niet van alles afscheid hoeft te nemen. De nabijheid van en het samenspel met een muziekbegeleider kan het gevoel van eenzaamheid bovendien doorbreken en een gevoel van warmte bieden. In plaats van afscheid te nemen, wordt hier een nieuwe relatie ontdekt en ervaren.

4.6.4 Dwangmatig handelen en denken

Een van de verschijnselen die gepaard gaan met dementie is dwang, vaak uit angst. Deze dwang manifesteert zich zowel in dwanggedachten als in dwanghandelingen. Een voorbeeld hiervan is dwalen of plukken.

Muziek bevat echter ritme, structuur, herkenning en herhaling. Dit kan iemand een veilig gevoel bieden, een gevoel dat hij wordt begrepen. Hieruit vertrekkende kan men iemand op een veilige manier veranderingen laten voelen door te variëren in klankkleur of tempo. Op deze manier kan de persoon even loskomen van de dwangverschijnselen zonder dat de angst de bovenhand neemt.

4.6.5 Emotionele vervlakking

In de eerste fase van de dementie beseffen mensen dat ze steken laten vallen. Hierdoor bestaat de kans dat ze depressief worden. Depressieve mensen reageren nog al eens onverschillig op hun omgeving. Om hen terug in contact te laten komen met hun gevoelswereld kan men muziek gebruiken. Improviseren is bij depressies meestal geen goede methode: depressieve mensen willen meestal geen instrument bespelen en bovendien verdragen ze maar moeilijk harde en snelle klanken.

4.6.6 Onzekerheid, schaamte en faalangst

Door de toenemende afhankelijkheid, gebrek aan houvast en inzicht in het eigen functioneren zijn vele dementerende bejaarden erg onzeker en faalangstig. Muziek is een middel waarmee men deze onzekerheden kan omzeilen. Het is onzichtbaar en laat geen beoordeelbaar resultaat na. In een improvisatie kan de begeleider iemand volledig volgen en hem het gevoel geven dat het goed is wat hij doet. Doordat de faalangst op deze manier weg ebt, kan de oudere zelf initiatieven nemen, eventueel met ondersteuning van de begeleider.

4.6.7 Isolement

Isolement is iets waar vele dementerende personen vroeg of laat mee te maken krijgen. Mensen dreigen weg te zakken in hun eigen innerlijke wereld. Samenspel is een methode waarmee men gemakkelijk communiceert, zonder woorden en zonder moeilijke uitleg. Ook bij mensen die te maken hebben met ernstige stoornissen in de spraak- en taalfuncties (door bijvoorbeeld afasie), kan isolement ontstaan. Het begrip van taal en de eigen taalmogelijkheden kunnen zodanig beperkt zijn, dat communicatie op de oude vertrouwde manier door middel van woorden niet meer mogelijk is. Muziek kan dan ook hier een mooie uitweg bieden.

Wat dementerende personen in een ver gevorderd stadium betreft, lijken zij vaak onbereikbaar voor contact. Hier kan muziek toch een rol spelen door het bieden van basale muzikale ervaringen in de vorm van trillingen. Vaak gebruikt men hiervoor klankschalen.

(Nieuwenhuijzen & Broersen, 1997)

4.7 Besluit

Muziek sluit duidelijk op verschillende gebieden aan bij de belevingswereld van de dementerende bejaarde. Bovendien kan muziek een steun bieden om moeilijke momenten, gevoelens en gedragingen te verwerken of veranderen. Men mag echter niet uit het oog verliezen dat ieder individu uniek is en dus andere noden en behoeften heeft.

5 ENKELE AANDACHTSPUNTEN

5.1 De actuele toestand van de dementerende bejaarde

Het is belangrijk dat de muziekbegeleider in zijn achterhoofd houdt dat wat vandaag voor een bepaalde bejaarde werkt, niet noodzakelijk morgen ook werkt! Men moet als begeleider zijn bewoner steeds goed observeren en openstaan voor eventuele aanpassingen van zijn aanpak. Zo heeft de gezondheidstoestand van de deelnemer bijvoorbeeld een grote invloed op het verloop van de sessie en de alertheid waarmee hij deelneemt aan de sessie. Bovendien kan deze gezondheidstoestand van het ene op het andere moment veranderen. (Wigram & De Backer, 1999) Observeren, evalueren en aanpassen is dus de boodschap.

5.2 Eigenschappen van de therapeut

Het is belangrijk dat men ook eens naar zijn eigen mogelijkheden kijkt! Men doet best geen dingen waar men zich niet goed bij voelt. Bijvoorbeeld op het gebied van aanrakingen. Sommigen vinden het aanraken van een dementerende oudere niet zo vanzelfsprekend. Een ander voorbeeld is improviseren, het zou kunnen dat men zich hierbij belachelijk voelt. Dit zijn zaken waarin men moet groeien, men mag zichzelf dus niet forceren. Als therapeut moet men een groot inlevingsvermogen hebben en zijn manier van communiceren aanpassen aan het niveau van de bejaarde. Dit geldt dus ook wanneer men gaat communiceren of contact maken via muziek. Men moet als therapeut zijn activiteit aan kunnen passen aan de mogelijkheden en beperkingen van de bejaarde. Men accepteert de bejaarde zoals hij is en biedt hem onvoorwaardelijke liefde. Wanneer men een bepaald geluid of instrument aanbiedt, moet men de bejaarde voldoende tijd geven om hierop te kunnen reageren. Doordat de ernstig dementerende bejaarde zelf weinig of geen initiatief zal nemen is het van belang dat men voldoende afwisseling biedt, zodat er geen gewenning optreedt. Hoewel men anderzijds natuurlijk moet oppassen dat men niet aan overstimulatie doet. Het vinden van een goed evenwicht tussen beiden is dus de boodschap. Binnen de therapie moet een muziekbegeleider bovendien flexibel en creatief denken, want het kan zijn dat een bejaarde op een totaal verschillende manier reageert dan dat men verwachtte. Het kunnen bieden van een vaste structuur tijdens de therapie is ook belangrijke eigenschap. Hierdoor kan men de bejaarde veiligheid, voorspelbaarheid en vertrouwen bieden. (Chavatte, 2001)

5.3 De omgeving

De ruimte waarin gewerkt wordt met muziek moet aan heel wat voorwaarden voldoen. Eerst en vooral moet ze goed geïsoleerd en rustig zijn, zodat er geen hinder is van storende geluiden van buitenaf. De ruimte moet gezellig, maar prikkelarm zijn. Het is dus best om zoveel mogelijk instrumenten, cd's, boeken,... in gesloten kasten of aangrenzende ruimtes te plaatsen. Het meubilair moet geschikt zijn om een goede uitgangshouding te kunnen aannemen. Het is leuk wanneer er een goede akoestiek is, waardoor de muziek optimaal tot zijn recht kan komen. (Chavatte, 2001)

5.4 Stilte

Muziek is een verbreking van de stilte, een georganiseerd geluid tussen twee momenten van stilte. Als stilte hoorbaar en voelbaar wordt, kan dit een bevrijdende ervaring zijn. Stilte roept verwondering op, roept op tot bezinning en reflectie. Men staat stil bij zichzelf. Het is belangrijk dat de dementerende bewoner niet overspoeld wordt met allerlei zintuiglijke prikkels. Een overdaad aan muziek neemt het verrassingseffect weg, zwakt de behoefte tot luisteren af en leidt eerder tot het sluiten dan tot het openen van zichzelf. Vanuit de stilte kan de volle aandacht gegeven worden aan de muziek en kan de bewoner zich openstellen voor invloeden van buitenaf en kan zijn isolement doorbroken worden. (Verdult & Stroecken, 1997)

5.5 Besluit

Om een muziekactiviteit zo optimaal mogelijk te laten verlopen, kan men dus best bovenstaande aandachtspunten in het achterhoofd houden. Deze aandachtspunten kunnen namelijk een grote invloed uitoefenen op het al dan niet slagen van de activiteit.

6 VOORSTELLING STAGEPLAATS

Rusthuis "De Berk" wordt beheerd door het OCMW van Meerhout.

"De Berk" is gedeeltelijk erkend als rustoord en gedeeltelijk als rust- en verzorgingstehuis. Momenteel heeft men goedkeuring voor 50 RVT-bedden en 24 ROB-bedden. Er kunnen in totaal dus 74 bewoners gehuisvest worden, verspreid over de drie verdiepingen van het rusthuis.

Hoewel er drie verdiepingen zijn in het rusthuis, wonen dementerende en niet-dementerende bejaarden hier niet apart. Men wil aan de bewoners een fijne thuis bieden in combinatie met kwaliteitsvolle zorg.

Op gebied van personeel, heerst er dan ook een multidisciplinaire samenwerking tussen verpleging, verzorging, ergotherapie, kinesitherapie en animatie. De taak van de ergotherapeut bestaat uit:

- Relaxerende begeleiding: geven van relaxatiebaden, het geven van voetbaden, hand- en voetmassages
- Het vervaardigen van orthesen
- Deelname aan animatieve activiteiten met individuele aandacht voor de bewoners
- Groepsactiviteiten: groepsgym
- Maaltijdbegeleiding

7 VOORSTELLING BETROKKEN BEWONERS

Om een duidelijk beeld te kunnen schetsen omtrent het effect van muziek bij dementerende bewoners, heb ik steeds dezelfde bewoners betrokken bij de individuele muziekactiviteiten en de muziekactiviteiten in kleine groep. Om hun privacy te garanderen heb ik in hun beschrijving fictieve namen gebruikt.

7.1 Profielschets Charel

Persoonlijke gegevens:

Charel is 82 jaar.

Hij is altijd fabrieksarbeider geweest en woonde in Westerlo.

Familiale situatie:

Charel is sinds 4 jaar weduwnaar. De kinderen en kleinkinderen komen regelmatig op bezoek.

Medische voorgeschiedenis:

Hij heeft een linker motorisch hemibeeld met inzettende contracturen na een CVA. Charel zit sindsdien in een rolstoel.

Huidige situatie:

Charel is matig dementerend. Hij is gedesoriënteerd in tijd en ruimte, maar niet in persoon. Hij kent zijn familie nog bij naam. Charel roept ook vaak, soms uren aan een stuk "Juffrouw alsjeblieft, help mijn..." en "Ik ben zo moe en ik kan de slaap niet vatten". Hij herhaalt ook steeds een aantal keren hetzelfde m.a.w. hij persevereert.

Aandachtspunten i.v.m. muziekactiviteiten:

Op de kamer van Charel staat bijna altijd muziek op. Ofwel de radio, ofwel een cassette met zijn favoriete muziek. Charel kent bovendien nog heel wat teksten van liederen die hij graag meezingt. Hij heeft echter nooit zelf een muziekinstrument bespeeld.

7.2 Profielschets Leonie

Persoonlijke gegevens:

Leonie is nu 85 jaar. Ze is altijd een bezige bij geweest: ze breide, werkte in de tuin, keek feuilletons,... Het verenigingsleven kon haar echter niet bekoren, wat niet wil zeggen dat Leonie geen sociaal iemand is.

Familiale situatie:

Leonie heeft met haar man 8 kinderen opgevoed, waarvan er nu nog slechts 2 in leven zijn, een zoon en een dochter. Leonie is echter weduwe sinds 1985. Ze heeft nog een tijdje alleen gewoond na de dood van haar man, maar is daarna 13 jaar lang bij haar dochter gaan wonen.

Medische voorgeschiedenis:

Leonie is naar de Berk gekomen nadat er na een revisieoperatie voor een THP complicaties optraden. Mits revalidatie zou Leonie terug kunnen stappen, maar dit wilde ze echter zelf niet meer, hierdoor wordt ze nu in een rolstoel verplaatst. Leonie heeft ook een chronische urineweginfectie, waarbij geen medicatie meer baat. Ze heeft dus heel wat pijn te verdragen.

Huidige situatie:

Leonie is matig dementerend. Ze is gedesoriënteerd in tijd, ruimte en persoon, hoewel ze haar kinderen af en toe nog wel bij naam noemt. De mate waarin Leonie gedesoriënteerd is, verschilt van dag tot dag. De ene dag is ze alert en antwoordt ze consequent op vragen of zegt ze zelf hoe ze iets wil met korte woordjes of zinnen. De andere dag is ze echter heel afwezig en zegt of doet ze niets. Overdag zit Leonie vaak in de zetel in de zithoek of op haar kamer. Ze komt graag onder de mensen. Verder deelt ze een driepersoonskamer met Elodie en Fien.

Bij Leonie dient men ook steeds op zijn hoede te zijn, daar zij erg geslepen is in het misleiden van mensen. Bijvoorbeeld heel luid "aauw" roepen terwijl men haar amper aanraakt of doen alsof ze drinkt, maar in werkelijkheid komt het glas niet eens tot aan haar mond.

Aandachtspunten i.v.m. muziekactiviteiten:

Volgens haar zoon zong Leonie vroeger regelmatig liedjes terwijl zij aan het koken was.

7.3 Profielschets Elodie**Persoonlijke gegevens:**

Elodie is 81 jaar. Zij is sinds 2004 bewoonster van "De Berk". Volgens haar dochter is Elodie altijd een angstig iemand geweest, ze schrikt dan ook bij de minste onverwachte beweging.

Familiale situatie:

De dochter van Elodie komt haar regelmatig helpen bij het middagmaal.

Huidige situatie:

Elodie is ernstig dementerend. Ze praat niet meer, maar in plaats daarvan neuriet ze de hele tijd. Elodie heeft op haar kamer 2 poppen die haar gezelschap houden en haar een beetje veiligheid bieden. Verder wrijft Elodie vaak over allerlei oppervlakken zoals haar tafeltje, een handdoek die op haar tafel ligt of de stof van haar rok. Elodie zit regelmatig onder de mensen. In de voormiddag zit ze in de zetel in de zithoek, in de namiddag zit ze op haar kamer. Ondanks dat zij regelmatig onder de mensen is, zoekt ze geen contact met anderen. Elodie deelt een kamer met Leonie.

Aandachtspunten i.v.m. muziekactiviteiten:

Van haar dochter weet ik dat Elodie vroeger wel eens een liedje zong. Ze zong dan vooral de typische klassiekers zoals "Op de purp'eren hei" enz.

7.4 Profielschets Mariette**Persoonlijke gegevens:**

Mariette is 84 jaar. Volgens haar man was zij vroeger een erg spraakzaam en fier iemand. Bovendien was ze erg actief.

Familiale situatie:

Mariette is de echtgenote van Louis en moeder van 3 kinderen. Louis komt dagelijks bij haar op bezoek en hij helpt haar bovendien bij het middag- en avondmaal.

Medische voorgeschiedenis:

Mariette krijgt extra sondevoeding via een PEG-sonde. Verder lijdt Mariette aan COPD en diabetes.

Huidige situatie:

Mariette is ernstig dementerend en zit vaak wat te praten. Wat ze zegt is echter niet verstaanbaar op enkele woorden na. Lachen is iets wat ze bijna altijd doet. Mariette is dan ook een sociaal iemand, die graag onder de mensen komt. Ze mag misschien wel rolstoelgebonden zijn, maar samen met haar man komt ze naar alle activiteiten in het rusthuis.

Aandachtspunten i.v.m. muziekactiviteiten:

Mariette heeft vroeger veel gedanst. Verder luisterde ze graag naar de radio of muziek van vroeger.

8 MUZIEKACTIVITEITEN

Voor de praktische uitwerking van mijn eindwerk ben ik aan de slag gegaan met drie soorten muziekactiviteiten. Ik heb muziekactiviteiten aangeboden in kleine groep om informatie hieruit te kunnen gebruiken in individuele activiteiten en verder heb ik individuele activiteiten en activiteiten in grote groep aangeboden, waarbij alle bewoners betrokken kunnen worden.

8.1 Muziekactiviteiten in kleine groep

8.1.1 Activiteit 1

Omschrijving van de activiteit

Vier dementerende bewoners zitten in een cirkel in de kiné- en ergoruimte, dit is een rustige en afgesloten ruimte. Er worden verschillende genres muziek gespeeld met de platenspeler. Op deze manier kan men ontdekken wie door welke muziek geraakt wordt.

Geselecteerde liedjes

- "Sarie Mareis"
- "Annemarieke"
- "Daar bij die molen"
- "Hutje op de hei"
- "De vogeltjesdans"
- "Ziet de boerinnekes hun rokjes zwaaien"
- "Orgelmuziek"
- Accordeonmuziek: "mars"
- "An der blaue donau": Wienerwalz
- Classieke muziek: "Tschaikowsky:tango"

Doelstelling van de activiteit

Ontdekken hoe een bewoner op welk soort muziek of welk lied reageert, om later met deze informatie verder te kunnen werken in de individuele activiteiten.

Beginsituatie

- Mariette is samen met haar partner naar de kiné- en ergoruimte gekomen. Haar partner wil ook graag blijven tijdens de activiteit, daar zij bijna altijd alles samen doen.
- Charel heeft wel zin in de activiteit, ik heb hem uitgenodigd om muziek te komen luisteren en hij vond dit een goed idee.
- Elodie is al stappend naar het lokaal gekomen samen met een begeleider. Elodie lijkt eerst niet te willen gaan zitten, maar doet het uiteindelijk toch. De ergotherapeut van de Berk zit naast haar.
- Leonie zit aan de andere kant van de ergotherapeut.

Verloop en evaluatie van de activiteit

Voor mij is de activiteit met dit groepje een aangename ervaring. Ik heb ook het gevoel dat de vier bewoners er wel van genieten. Ik kan heel wat informatie verzamelen over wie van welke muziek houdt. Charel zingt bijvoorbeeld graag mee met de liedjes en vraagt of roept ook steeds liedjes die hij wil horen. Dit is soms wel storend voor de anderen. Verder zie ik al de deelnemende bewoners in beweging komen, de ene wiegt de andere slaat de maat. Wat ook opvalt is dat het neuriën van Elodie af en toe melodisch wordt en zich aanpast aan de muziek.

Sommige liedjes zijn voor de deelnemers bekender dan andere. Ik merk ook dat de smaken van de bewoners gedeeltelijk wel overeen komen, maar anderzijds zijn er toch wel een aantal verschillen waar rekening mee dient gehouden te worden. Ik merk bijvoorbeeld dat vrolijke deuntjes bij alle deelnemers aanslaan, maar dat de tango van Tchaikowsky dan weer niet bij iedereen in de smaak valt.

Toen ik nadien te horen kreeg van Louis de man van Mariette dat het zo leuk was geweest en dat hij zijn vrouw nog nooit zo enthousiast had gezien, deed me dat veel deugd!

8.1.2 Activiteit 2

Omschrijving van de activiteit

De uitgangspositie is dezelfde als bij vorige activiteit, maar ik heb deze keer wel bewust andere liedjes gekozen dan vorige keer, zodat ik een breder beeld kan verkrijgen van welke muziek bij wie aanslaat.

Geselecteerde liedjes

- "Rum and coca cola"
- Chopin: "Polonaise"
- Bob Scholte: "medley van gezongen liedjes"
- Bobbejaan Schoepen: "Lichtjes van de Schelde"
- "Er was 'n soldaatje"
- "Op de purp'ren hei": instrumentaal met accordeon
- Avondconcert: "Largo"
- En we gaan nog niet naar huis: "medley met onder andere over 25 jaar"

Doelstelling van de activiteit

Ontdekken hoe een bewoner op welk soort muziek of welk lied reageert, om later met deze informatie verder te kunnen werken in de individuele activiteiten.

Beginsituatie

Leonie is vandaag niet aanwezig omdat zij bezoek heeft.

De echtgenoot van Mariette is weer aanwezig tijdens de activiteit.

Verloop en evaluatie van de activiteit

Op zich is het wel een aangename activiteit en zie ik toch een aantal momenten waarop de bewoners aan het genieten zijn van de muziek. Anderzijds zijn er ook een aantal mindere momenten tijdens deze activiteit. Zo is de polonaise van chopin veel te bedreigend voor de bewoners. Ook het geroep van Charel is iets minder, al compenseren de momenten dat hij meezingt met de liedjes en de momenten waarop we met Mariette en Charel kunnen lachen dit geroep wel. "Op de purp'ren hei" instrumentaal wordt door alle bewoners herkend!

Ik heb het gevoel dat vooral de goede oude meezingers en de vrolijke deuntjes aanslaan bij de mensen. Naar een volgende activiteit toe wil ik zeker de liedjes die ik wil gebruiken, maar mij onbekend zijn, volledig luisteren. "De polonaise" van Chopin begon namelijk vrolijk, maar werd veel dramatischer na een tijdje. Iets wat voor mij toch ook een onaangename verrassing was. Ook wil ik er volgende keer voor zorgen dat noch ik noch de ergotherapeute recht tegenover Charel zitten. Op die manier ziet hij minder gemakkelijk door de spleetjes van zijn ogen of iemand naar hem kijkt en kan er vermeden worden dat Charel roept om verdere aandacht te trekken.

8.1.3 Activiteit 3

Omschrijving van de activiteit

De uitgangspositie is dezelfde als deze van de vorige activiteiten, Ik echter heb wel weer een heel ander repertoire van liedjes geselecteerd, zodat ik nog wat meer informatie kan opdoen over de smaak van de verschillende bewoners. Er worden deze keer modernere liedjes aangeboden in combinatie met accordeonmuziek en oude meezingers.

Geselecteerde liedjes

- Frans Bauer: "Heb je even voor mij"
- De Havenzangers: "Tulpen uit Amsterdam"
- Zangeres zonder naam: "'t Was aan de costa del sol"
- Luc Steeno: "Hij speelde accordeon"
- Paul Severs: "Ik ben verliefd op jou"
- Bob Scholte: "Marietje van Pietje"
- "Accordeonpolka"
- Kermisklanten: "Zigeunertango"

Doelstelling van de activiteit

Ontdekken hoe een bewoner op welk soort muziek of welk lied reageert, om later met deze informatie verder te kunnen werken in de individuele activiteiten.

Beginsituatie

Net wanneer we willen beginnen, komt de zoon van Leonie binnen. Hij wou op bezoek komen bij Leonie. Ik stel hem eerst voor om Leonie mee naar de kamer te nemen. Hij antwoordt echter dat als ze iets gaat doen, dat ze dan maar mee moet doen. Ik stel hem voor om binnen te komen en mee te luisteren naar de muziek samen met ons. De ergotherapeut van "De Berk" is vandaag niet aanwezig.

Opmerking: omdat de zoon van Leonie hier nu aanwezig is, besluit ik om "Op de purp'ren hei" toch op te zetten vandaag, omdat zij dit volgens de verpleging wel eens op haar kamer zingt. Ook haar zoon beaamt dat ze dit lied vroeger wel eens zong. Wanneer hij meezingt, kan dat Leonie aanzetten om nu toch ook mee te zingen.

Verloop en Evaluatie van de activiteit

Over het algemeen blijkt tijdens deze activiteit dat de moderne liedjes minder aanslaan bij de deelnemers dan de oude meezingers en de accordeonmuziek.

"Hij speelde accordeon" is van de modernere liedjes nog het meest geschikte omdat dit een vrolijk lied is met een accordeon erin. Iets wat voor bejaarden toch wel herkenbaar is. Verder is het wel eens leuk dat één van de kinderen van een bewoner mee komt doen tijdens een activiteit. Al denk ik wel dat, dit andere deelnemers zou kunnen verwarren of bijvoorbeeld bij Elodie angst inboezemen. Voor de bewoner die familie is van de bezoeker, kan dit echter zorgen voor extra veiligheid ook al kan de bewoner niet onmiddellijk zeggen wie de bezoeker is. Ook de stem van de bezoeker kan hen veiligheid brengen, door onbewuste herkenning.

Wat ik wel wil onthouden is dat ik best geen individuele activiteit en een muziekactiviteit in het kleine groepje plan op dezelfde dag. Dit is te vermoeiend voor de bewoners.

8.1.4 Activiteit 4

Omschrijving van de activiteit

De vier deelnemende dementerende bewoners zitten in een cirkel in de kiné- en ergoruimte. De ruimte is verduisterd en ingericht met aan de ene kant een ufo-lamp en aan de andere kant een bubble- nit. Vandaag is het de bedoeling dat we relaxatiemuziek gaan beluisteren en op deze manier ontdekken of de muziek aanslaat bij de bewoners. Ik zal een inlevingsverhaal vertellen (relaxatie van Jacobson) waarbij ik regelmatig een stukje muziek laat horen om het inleven in het verhaal te vergemakkelijken.

Geselecteerde liedjes

- "Yama Gata Ki Kori Uta"
- "Aurora"
- "Eternal Blue"
- "Komoro Mago Uta"
- "Clouds"

Doelstelling van de activiteit

Ontdekken hoe een bewoner op welk soort muziek of welk lied reageert, om later met deze informatie verder te kunnen werken in de individuele activiteiten.

Beginsituatie

De bewoners kijken rond in de ruimte. Ze maken geen geluid.

Charel is niet aanwezig.

Evaluatie van de activiteit:

De bewoners zijn beduidend stil tijdens deze activiteit. De regenbuis is iets wat bij alle deelnemers de nieuwsgierigheid opwekt. De bewoners lijken er ook rustiger door te worden. Wat ook opvallend is, is dat Elodie en Leonie de vogelgeluiden duidelijk herkennen en dus ook onmiddellijk beginnen te zoeken naar de vogels. Dat de bewoners veel rondkijken in de ruimte zal anderzijds ook te maken hebben met het feit dat de ruimte verduisterd is en met de kleurrijke sfeerverlichting verlicht is. Ik denk echter niet dat de bewoners hierdoor stiller zijn dan op andere momenten. De muziek doet ook duidelijk zijn werk. Ik denk dat ik dit soort muziek zeker individueel aan de deelnemers kan aanbieden en hierin verder zoeken welke geluiden hen nu net rustig maken of welke geluiden zij hierin mooi vinden.

8.1.5 Algemene evaluatie

De muziekactiviteiten in het kleine groepje zijn een snelle en efficiënte manier om informatie over de muzikale voorkeur van de verschillende deelnemers te verzamelen. Zoals de doelstelling vermeldt, gebruik ik deze informatie nadien ook in de individuele activiteiten met de bewoners. Wat me opvalt tijdens de activiteiten in het kleine groepje, is dat de bewoners elkaar ook regelmatig aanzetten tot beweging, plezier enz. Wanneer één bewoner begint te bewegen, pikt een andere dit vaak op en begint hij mee te doen.

Wat muzikale voorkeur betreft kan ik algemeen stellen dat vooral de accordeon- en orgelmuziek in de smaak vallen, maar ook zeker de oude meezingers. Verder kan ik eveneens heel wat individuele voorkeuren vaststellen, waar ik verder op in ga tijdens de individuele activiteiten.

8.2 Individuele muziekactiviteiten

Met de informatie omtrent individuele muzikale voorkeur, die ik verkregen heb uit de muziekactiviteiten in kleine groep, heb ik steeds rekening gehouden tijdens individuele muziekactiviteiten. Elk van de vier bewoners die ik betrokken heb, heb ik vijf individuele muziekactiviteiten aangeboden. In het volgende gedeelte zal ik deze individuele muziekactiviteiten per bewoner beschrijven en evalueren.

8.2.1 Muziekactiviteiten bij Charel Van Den Branden

8.2.1.1 Activiteit 1

Omschrijving van de activiteit

Ik ga bij Charel langs op de kamer met mijn platenspeler, ik laat hem enkele geselecteerde liedjes horen waarvan ik denk dat ze zullen aanslaan bij hem. Ook heb ik reeds gehoord dat Charel vaak muziek heeft opstaan op zijn kamer. Dit zijn dan vooral liedjes uit de tijd van toen, soms staat echter de radio op.

Ik stel Charel voor om samen liedjes te luisteren en zet één voor één de liedjes op telkens met een korte pauze ertussen. Tijdens de pauze kunnen we napraten over het lied of het gewoon stil maken om het lied te laten na zinderen.

Geselecteerde liedjes

- "Annemarieke"
- "Sarie Mareis "
- "Hutje op de hei"
- "Het Noordzeestrand" van Will Tura en Jo vally

Doelstellingen van de activiteit

- Het vinden van een lied dat de bewoner echt aanspreekt en waar hij van kan genieten. Dit lied kunnen we nadien gebruiken om elke individuele muziekactiviteit mee te starten en ook te beëindigen.
- Uitzoeken welke liedjes en welk genre van muziek bij de bewoner in de smaak vallen.

Beginsituatie

Wanneer ik binnenkom op de kamer van Charel om samen liedjes te luisteren, zegt hij me dat hij erg moe is, maar de slaap niet kan vatten.

Evaluatie van de activiteit

Charel zingt graag mee met de liedjes. Bovendien lijkt hij het erg vervelend te vinden wanneer hij de tekst van een lied niet kent. Momenteel geniet "Annemarieke" zeker zijn voorkeur. Ook "Sarie Mareis" valt bij hem in de smaak. Ik merk ook wel dat Charel rustiger kan worden van sommige liedjes, maar evenzeer geagiteerd. De keuze van de liedjes is dus zeer belangrijk.

8.2.1.2 Activiteit 2

Omschrijving van de activiteit

Ik ga langs bij Charel op de kamer met mijn platenspeler. Ik heb enkele liedjes bij waarvan ik denk dat ze bij hem zullen aanslaan. Ik heb mijn liedjes geselecteerd op basis van wat ik heb ondervonden uit de vorige activiteit en de muziekactiviteiten in het kleine groepje.

Geselecteerde liedjes

- Start van de activiteit: "Annemarieke" zingen.
- "Daar bij de waterkant"
- "Sarie Mareis": zingen (zonder ondersteuning door plaat)
- "Op de purp'ren hei": zingen
- "Ik heb eerbied voor jou grijze haren" van Bobbejaan Schoepen.
- "De lichtjes van de schelde": Bobbejaan Schoepen.
- Einde van de activiteit: "Annemarieke"

Doelstellingen van de activiteit:

- Charel tot rust brengen.
- Het roepgedrag van Charel inhiberen.
- Charel een moment van ontspanning en afleiding aanbieden.
- Verder uitzoeken welke liedjes Charel het meest aanspreken.

Beginsituatie

Op het moment dat ik binnenkom in de kamer van Charel, begint hij te roepen: "Juffrouw, juffrouw alsjeblieft, help mij." Ik maak een praatje met Charel tot hij wat rustiger is.

Evaluatie van de activiteit

Het zingen is erg vermoeiend voor Charel. Hij lijkt vooral positief te reageren op liedjes die gewoon zonder plaat of cd gezongen kunnen worden. Zo valt "Op de purp'ren hei" net als "Sarie Mareis" en "Annemarieke" ook duidelijk bij hem in de smaak. Ik merk dat Charel zich druk maakt wanneer ik volgens hem de tekst beter ken dan hij zelf. Het is dus belangrijk dat ik Charel overtuig van zijn eigen kunnen. Daarom is het misschien beter dat ik Charel soms alleen laat zingen eens hij gestart is met een lied. Dit zou kunnen bijdragen aan zijn zelfvertrouwen. Ik denk dat het naar volgende sessies toe goed is dat ik liedjes zoek die Charel kan meezingen, maar dat ik eveneens een lied voorzie om even op uit te rusten.

8.2.1.3 Activiteit 3

Omschrijving van de activiteit

Ik ga bij Charel langs op de kamer dit keer met een cd-speler. Wat ik ook bij heb zijn enkele kleine instrumenten zoals een tamboerijn en belletjes. Deze instrumenten zal ik zelf gebruiken om mee te spelen met een aantal opgenomen liedjes.

Geselecteerde liedjes

- Start: "Annemarieke": zingen
- "Daar bij die molen": zingen
- "Lichtjes van de Schelde": cd + meespelen met instrument
- "Twee ogen zo blauw": cd + meespelen met instrument
- "Meisjes met rode haren": cd + meespelen met instrument
- Einde: "Annemarieke": zingen

Doelstellingen van de activiteit

- Charel tot rust brengen.
- Het roepgedrag van Charel inhiberen
- Charel een moment van ontspanning en afleiding aanbieden.
- Het zelfvertrouwen van Charel aan sterken.

Beginsituatie

Wanneer ik binnenkom in de kamer van Charel zit hij heel onrustig te roepen over zijn dochter in Moerzeke. Als ik hierop in ga wordt hij rustiger.

Evaluatie van de activiteit

Charel heeft duidelijk een voorkeur voor liedjes die ik zelf zing zonder opgenomen muziek. Vooral liedjes die ook vroeger vaak gezongen werden door de mensen. Bij Charel is het heel belangrijk dat hij de tekst herkent. De tamboerijn en de belletjes zijn voor herhaling vatbaar, daar beide instrumenten een rustgevende werking op hem lijken te hebben.

8.2.1.4 Activiteit 4

Omschrijving van de activiteit

Ik ga bij Charel langs op de kamer dit keer met een cd speler. Weerom ga ik de instrumenten gebruiken. Bovendien heb ik een aantal teksten bij van liedjes waarvan ik vermoed dat Charel ze zal kennen van vroeger. Ik zal deze liedjes voor hem zingen en indien Charel de liedjes kent zal hij vermoedelijk wel inpikken.

Geselecteerde liedjes

- Start: "Annemarieke": zingen
- "Al die willen te kap'ren varen": zingen
- "Papegaai is ziek": zingen
- "Twee ogen zo blauw": cd+ klokkenspel
- "Drie schuintamboers": zingen
- "Ach margrietje": cd + shaker
- "Oh oh ik heb zorgen": cd
- Einde: "Annemarieke": zingen

Doelstellingen van de activiteit

- Charel tot rust brengen.
- Het roepgedrag van Charel inhiberen
- Charel een moment van ontspanning en afleiding aanbieden.
- Het zelfvertrouwen van Charel aan sterken.

Beginsituatie

Charel zit op zijn kamer. De TV staat aan en de verpleegster gaat net buiten.

Ik zet de TV uit en zeg dat ik muziek kom maken samen met Charel, hij vindt dit oké.

Evaluatie van de activiteit

Charel kent zeer goed het begin en einde lied van de activiteit. Zijn zelfvertrouwen is hierin al gegroeid, dat hij zelf al begint te zingen, wanneer ik zeg dat we "Annemarieke" gaan zingen.

Verder geniet Charel duidelijk van de liedjes die hij mee kan zingen. De gezongen liedjes van vroeger hebben zeker succes.

Wanneer ik af en toe een luisternummertje inplan, heeft hij het echter moeilijk om te luisteren.

Charel is wel al minder bezorgd wanneer hij een tekst niet helemaal kent maar vindt toch nog steeds dat hij niet echt kan zingen. Wanneer Charel een instrument ziet is hij wel nieuwsgierig naar wat het is, maar hier zelf op spelen lijkt niet echt aan Charel besteedt. Tijdens liedjes kunnen de instrumenten hem echter niet boeien. Dat Charel niet wil dat ik stop met zingen, is zeker een teken dat Charel van de activiteit kan genieten!

8.2.1.5 Activiteit 5

Omschrijving van de activiteit

Ik ga bij Charel langs op de kamer dit keer met een cd speler. Bovendien heb ik een aantal teksten bij van liedjes. Ik weet zeker dat Charel deze liedjes kent, omdat ik ze ofwel reeds voor hem gezongen heb ofwel hebben we ze samen geluisterd in het kleine muziekgroepje. Verder heb ik ook wat relaxatiemuziek bij. Van Charel weet ik niet of dit bij hem zal aanslaan, maar het is het proberen waard.

Geselecteerde liedjes

- Start: "Annemarieke": zingen
- "Sarie Mareis": zingen
- "Jef speelde boemlala": zingen
- "Daar was laatst een meisje loos": zingen
- "Daar bij die molen": cd
- "Op de purp'ren hei": cd, zingen
- Relaxatie muziek: vogels, zeegeluid
- Einde: "Annemarieke": zingen

Doelstellingen van de activiteit

- Charel tot rust brengen.
- Het roepgedrag van Charel inhiberen
- Charel een moment van ontspanning en afleiding aanbieden.
- Het zelfvertrouwen van Charel aan sterken.

Beginsituatie

's Ochtends is Charel erg luid aan het roepen, hij roept steeds de naam van een verpleegster.

Wanneer ik bij Charel op de kamer kom zegt Charel dat hij hoofdpijn heeft.

Evaluatie van de activiteit

Charel geniet duidelijk weer van de liedjes die we samen zingen. Complimenten minimaliseert hij nog steeds. Ik heb wel de indruk dat het hem een goed gevoel geeft dat hij "Jef speelde de boemlala" de tekst soms duidelijk beter kent dan ik zelf. De medley van de havenzangers lijkt ook wel in de smaak te vallen, vooral om dat Charel al de refreintjes vlot kan meezingen. Tijdens de activiteit zelf klaagt Charel vrij weinig over zijn hoofdpijn. Bovendien is Charel tijdens de relaxatiemuziek erg rustig. Hij lijkt echt te genieten van de muziek en vooral van de vogel- en zeegeluiden. Het is aangenaam om te zien hoe rustig Charel na de activiteit is.

8.2.1.6 Evaluatie van de muziekactiviteiten bij Charel

Bij Charel hebben de muziek activiteiten duidelijk effect. Charel kent nog heel wat liedjesteksten. Dit heb ik kunnen gebruiken om aan zijn zelfvertrouwen te werken. Door hem af en toe alleen te laten zingen, merkt hij dat hij echt nog wel wat kan en niet alles vergeten is. Na verloop van tijd zingt hij ook steeds meer liedjes mee. Charel wordt duidelijk rustiger door de muziek, waardoor eveneens zijn roepgedrag vermindert. Ook van verpleging hoor ik dat Charel na de muziekactiviteiten rustiger is en minder roepgedrag vertoont. Naarmate onze vertrouwensband sterker wordt, kan hij zich ook beter ontspannen. Hij weet dat ik er met mijn muziek op die momenten alleen voor hem ben en geniet hier dan ook van. Muziek is dus bij Charel zeker een dankbaar middel om met hem in contact te treden.

8.2.2 Muziekactiviteiten bij Leonie

8.2.2.1 Activiteit 1

Omschrijving van de activiteit

Ik breng Leonie naar de kiné- en ergoruimte voor deze individuele sessie, daar Leonie haar kamer deelt met een andere bewoonster. Ik bied Leonie opgenomen liedjes aan waarvan ik vermoed dat ze zullen aanslaan bij haar. Ik baseer mijn vermoeden op de observaties die ik heb gemaakt tijdens een muziekactiviteit eerder deze week, met een groepje van 4 bewoners. Ik bied de liedjes één voor één aan met telkens een korte tussenpauze.

Geselecteerde liedjes

- "De vogeltjesdans"
- accordeonmuziek: "So sind wir", "Die dorfsmusik"
- orgelmuziek: "Wachtparade"
- "Hutje op de hei"
- "Tulpen uit Amsterdam"

Doelstellingen van de activiteit

- Het vinden van een lied, dat de bewoner echt aanspreekt en waar zij van kan genieten. Dit lied kunnen we nadien gebruiken om elke individuele muziekactiviteit mee te starten en ook te beëindigen.
- Uitzoeken welke liedjes en welk genre van muziek bij Leonie in de smaak vallen.

Beginsituatie

Geen opmerkingen

Evaluatie van de activiteit

"De vogeltjesdans" is niet echt een succes bij Leonie. Ik vermoed dat haar verwonderde blik bij het begin van het lied eerder een reactie is op het plotse geluid dat in de ruimte klinkt.

De accordeon- en orgelmuziek lijken zeker geschikt voor Leonie. Zoals ze zelf zegt vindt ze dit heel mooi. Verder heeft Leonie niet meegezongen met de liedjes die ze mee zou kunnen zingen. Ik hoorde nochtans van de verpleging dat Leonie op haar kamer af en toe zingt. Daarom wil ik nog opzoek gaan naar de liedjes die Leonie zingt op haar kamer en eventueel ook andere liedjes waarvan Leonie de tekst nog kent.

8.2.2.2 Activiteit 2

Omschrijving van de activiteit

Ik breng Leonie naar de kiné- en ergoruimte. Daar laat ik Leonie enkele liedjes horen waarvan ik denk dat ze bij Leonie zullen aanslaan. Ik laat Leonie de liedjes één voor één horen met een korte tussenpauze en gebruik tijdens een aantal liedjes ook kleine muziekinstrumenten.

Geselecteerde liedjes

- Start: orgelmuziek: cd
- "Op de purp'ren hei " van Jo Vally + meezingen
- "Hutje op de hei" + belletjes
- Accordeonmuziek: "Tiroler polka"
- "Twee ogen zo blauw" + tamboerijn
- "De lichtjes van de Schelde" + belletjes
- Einde: orgelmuziek

Doelstellingen van de activiteit

- Leonie een moment van ontspanning aanbieden
- Leonie activeren en aanzetten tot beweging
- Leonie afleiding bieden van haar pijn
- Verder uitzoeken welke liedjes Leonie het meest aanspreken

Beginsituatie

Leonie is heel alert vandaag. Leonie maakt bizarre maar grappige opmerkingen.

Evaluatie van de activiteit

Ondanks dat Leonie zegt dat ze niet meer zingt doet ze het toch. Ook op haar kamer blijkt ze dit af en toe te doen. Ik heb echter nog niet kunnen waarnemen wat ze juist zingt op haar kamer. De instrumenten wekken zeker enige nieuwsgierigheid op bij Leonie, maar voorlopig ziet het er niet naar uit dat ze zelf met een klein instrumentje zal meespelen. Dat Leonie niet klaagt bij de transfer vind ik zeker een positieve reactie. Naar verder activiteiten toe denk ik dat het beter zou zijn dat we "Op de purp'ren hei" in het vervolg zonder cd zingen zodat het tempo aangepast kan worden aan dat van Leonie.

8.2.2.3 Activiteit 3

Omschrijving van de activiteit:

Dit keer laat ik de activiteit doorgaan op de kamer van Leonie, daar haar kamergenote op dit moment daar niet aanwezig is. Ik breng mijn cd speler en liedjesboekje mee, zodat we zowel liedjes kunnen luisteren als samen zingen. Wat ik ook bij heb zijn enkele kleine muziekinstrumenten die ik kan gebruiken om mee te spelen met enkele liedjes.

Geselecteerde liedjes:

- Start: accordeonmuziek: "La valse d' Amelie"
- "Drie schuintamboers": zingen
- "Al die willen te kap'ren varen": zingen
- "Een Nederlandse Amerikaan": zingen
- "Daar was laatst een meisje loos": zingen
- Accordeonmuziek: "Engelse wals"
- Einde: accordeon: "La valse d' Amelie"

Doelstellingen van de activiteit:

- Leonie een moment van ontspanning aanbieden
- Leonie activeren en aanzetten tot beweging
- Leonie afleiding bieden van haar pijn

Beginsituatie:

Leonie klaagt wanneer ze in haar rolstoel moet gaan zitten. Daarna gaat Leonie zonder zeuren mee naar haar kamer. Ze zegt dat ze niet goed is en al de hele week wat ziek is. Ik heb hier eerder echter niets over opgevangen.

Evaluatie van de activiteit:

Het is duidelijk dat Leonie zich niet zo goed voelt. Maar omdat Leonie nog al eens durft te overdrijven of met een heel serieus gezicht je iets wijs durft te maken zet ik eerst toch door. Wanneer ik merk dat Leonie echt wel serieus is, vraag ik haar dan ook of ze wil stoppen. Aanvankelijk zegt ze wel nee, maar ik heb de indruk dat ze dit doet om mij te plezieren en dat is natuurlijk niet de bedoeling. Ook deze keer lijken de muziekinstrumentjes haar wel te kunnen boeien. Het lied " Daar was laatst een meisje loos" valt duidelijk in de smaak bij Leonie en roept zelfs aangename herinneringen op.

8.2.2.4 Activiteit 4

Omschrijving van de activiteit

Ik ga bij Leonie langs op de kamer met mijn cd-speler en een aantal cd's met relaxatiemuziek. Ik zet de relaxatiemuziek zachtjes op. Ik heb ook mijn regenbuis mee die ik af en toe rustig om zal draaien.

Geselecteerde liedjes

- "Yama Gata Ki Kori Uta"
- "Saka Ya Uta"
- "Eternal Blue"

Doelstellingen van de activiteit

- Leonie een moment van ontspanning aanbieden.
- Leonie afleiding bieden van haar pijn.

Beginsituatie

Leonie is erg ziek. Ze ligt al enkele dagen in haar bed. Men vermoedt dat ze water op haar longen heeft, bovendien vreest men voor haar leven.

Evaluatie van de activiteit

De regenbuis en de rustige muziek lijken wel een rustgevend effect te hebben op Leonie. Het lijkt wel alsof het tempo waarmee de regenbuis omgedraaid wordt van lichte invloed is op de ademhaling van Leonie. Ik kies tijdens deze activiteit bewust voor rustige muziek omdat Leonie erg ziek is, waardoor ze waarschijnlijk meer zou heeft aan rustige relaxatiemuziek dan aan vrolijke en luide muziek. Mij lijkt deze activiteit wel geslaagd ondanks dat Leonie niet uitgesproken of duidelijk verbaal reageert op de muziek. Het feit dat Leonie rustiger wordt is voor mij voldoende.

8.2.2.5 Activiteit 5

Omschrijving van de activiteit

Ik breng Leonie naar de kiné- en ergoruimte. Daar laat ik Leonie enkele liedjes horen waarvan ik weet dat ze bij Leonie zullen aanslaan. Ik laat Leonie de liedjes één voor één horen met een korte tussenpauze.

Geselecteerde liedjes:

- Start: Orgelmuziek: "Wachtparade"
- "Op de purp'ren hei"
- "Ik zien zo gere mijn duivenkot"
- "Daar was laatst een meisje loos"
- "Accordeonparty"
- Einde : orgelmuziek: "Oranje mars"

Doelstellingen van de activiteit

- Leonie een moment van ontspanning aanbieden.
- Leonie activeren en aanzetten tot beweging
- Leonie afleiding bieden van haar pijn

Beginsituatie

Leonie is reeds veel beter. Ze zit terug in de zithoek tussen de andere mensen. Bovendien is ze erg alert en heeft ze vandaag reeds vele grapjes gemaakt.

Evaluatie van de activiteit

Ik heb het gevoel dat Leonie echt wel kan genieten van deze activiteit. Ze is echt vrolijk en doet goed mee. Ze is dan ook erg alert. Bovendien beweegt ze tijdens deze activiteit veel. Tijdens de vorige activiteiten deed ze dit ook wel eens, maar in veel mindere mate. Leonie zingt tijdens deze activiteit ook. Ze herinnert zich vandaag ook erg veel woorden van de liedjes! Ik denk dat deze laatste individuele activiteit zeker succesvol was.

8.2.2.6 Evaluatie van de muziekactiviteiten bij Leonie

Leonie kan ook duidelijk genieten van muziek. Wanneer ze een lied of muziekstuk mooi vindt, zegt ze dit vaak. Je merkt het ook aan haar non-verbale reacties. De liedjes kunnen bij haar veel herinneringen oproepen. Doorheen de verschillende muziekactiviteiten is onze vertrouwensband ook zeker sterker geworden. Leonie kan zich steeds beter ontspannen tijdens de activiteiten. Na verloop van tijd klaagt ze ook niet echt meer over pijn tijdens de activiteiten. Bovendien begint Leonie steeds meer liedjes mee te zingen. Verder merk ik ook, dat naarmate mijn stage vordert Leonie overdag vaak alerter is. Dus ook voor Leonie is muziek duidelijk een geschikt middel. Ik kan haar hiermee bereiken op momenten dat ze alert is, maar ook op de dagen dat ze eerder afwezig is geniet ze zeker van de muziek.

8.2.3 Muziekactiviteiten bij Elodie Van Tongerlo

8.2.3.1 Activiteit 1

Omschrijving van de activiteit

Ik breng Elodie naar de kiné- en ergoruimte, daar Elodie haar kamer deelt met een andere bewoonster. Elodie stapt te voet met mij mee naar beneden. In de kiné- en ergoruimte laat ik haar verschillende liedjes horen waarvan ik vermoed dat ze bij haar zullen aanslaan. Ik laat tijdens de activiteit de liedjes één voor één horen met telkens een tussenpauze.

Geselecteerde liedjes

- "De vogeltjesdans"
- "De boerinnekesdans"
- "Orgelmuziek"
- Accordeonmuziek: "Accordeonparty"

Doelstellingen van de activiteit

- Het vinden van een lied, dat de bewoner echt aanspreekt en waar zij van kan genieten. Dit lied kunnen we nadien gebruiken om elke individuele muziekactiviteit mee te starten en ook te beëindigen.
- Uitzoeken welke liedjes en welk genre van muziek bij Elodie in de smaak vallen.

Beginsituatie

Ik ben met Elodie te voet van het tweede verdiep naar beneden gegaan. In de kiné-en ergoruimte is het moeilijk om Elodie te doen neerzitten op een stoel.

Evaluatie van de activiteit

Dat ik Elodie aan het begin van de activiteit moeilijk kan doen zitten, is volgens mij een gevolg van angst en onwetendheid. Elodie heeft niet echt door wat ze eigenlijk in die kiné- en ergoruimte komt doen, ondanks dat ik haar dit heb meegedeeld. Na een tijdje voel ik wel dat Elodie rustiger wordt. Wanneer een lied in de smaak valt merk ik dit ook aan haar doordat ze me meer aankijkt en minder inééngedoken zit.

Ik denk dat het bij Elodie vooral belangrijk is dat ik vrolijke nummers selecteer, die bovendien een matig tempo hebben. "De boerinnekesdans" die toch ook vrolijk is, was sneller van tempo waardoor het lijkt of Elodie alles niet zo goed kan ontvangen. Ook "De accordeonparty" is iets sneller van tempo. Langs de andere kant moet ik zeker bij een accordeonnummer opletten dat het tempo niet te laag ligt zodat het geen melancholisch of bedreigend lied wordt voor Elodie

8.2.3.2 Activiteit 2

Omschrijving van de activiteit

Ik ga bij Elodie langs op de kamer, omdat haar kamergenote daar op dit moment niet aanwezig is. Ik neem mijn cd-speler mee, een aantal opgenomen liedjes waarvan ik vermoed dat ze Elodie zullen aanspreken en een aantal kleine instrumenten.

Geselecteerde liedjes

- Start: "De vogeltjesdans"
- "Smurfenlied" + shaker
- "Daar bij die molen": refrein zingen
- "Lichtjes van de Schelde": refrein zingen
- Accordeonmuziek: "Tiroler polka" + tamboerijn
- Accordeonmuziek: "Zigeuner tango" + triangel
- "Broeder Jacob": zingen
- "Daar was laatst een meisje loos": zingen
- Einde: "De vogeltjesdans"

Doelstellingen van de activiteit

- Elodie even uit haar isolement halen
- De angst van Elodie inhiberen
- Uitzoeken welke liedjes en welk genre van muziek bij Elodie in de smaak vallen

Beginsituatie

Ik praat even tegen Elodie, ze antwoordt niet echt, maar ze wordt er wel rustig door.

Evaluatie van de activiteit

Elodie is een zeer angstig iemand. Ik denk dat het zeer belangrijk is dat ik tijdens een sessie geen bruuske of snelle onverwachte bewegingen maak. Hier schrikt ze erg van zodat zij steeds even moet bekomen en de vertrouwelijke sfeer weer opgebouwd moet worden.

Elodie is duidelijk verwonderd door de klanken van de verschillende instrumenten. Naar een volgende activiteit toe kunnen de instrumenten misschien ook op zich gebruikt worden, zonder een opgenomen lied. Eerder heb ik Elodie de regenbuis al eens laten zien. Ook toen was Elodie erg verwonderd en erg geïnteresseerd. Ook gezongen herkenbare liedjes zoals "Daar was laatst een meisje loos" kunnen Elodie zeker boeien.

8.2.3.3 Activiteit 3

Omschrijving van de activiteit

Ik ga bij Elodie langs op de kamer, daar haar kamergenote daar op dit moment niet aanwezig is. Ik neem mijn cd-speler mee, een aantal opgenomen liedjes waarvan ik vermoed dat ze Elodie zullen aanspreken en een aantal kleine instrumentjes. De keuze van de liedjes is gebaseerd op wat ik weet op basis van vorige activiteiten.

Geselecteerde liedjes

- Start: "Vogeltjesdans"
- Orgelmuziek: "Liefdesdroom"
- "Accordeonparty"
- "Zing señorita"
- Regenbuis
- Klokkenspel
- Einde : "Vogeltjesdans"

Doelstellingen van de activiteit

- Elodie even uit haar isolement halen
- De angst van Elodie inhiberen

Beginsituatie

Elodie zit in haar rolstoel in de zithoek. Ik neem haar mee naar haar kamer.

Evaluatie van de activiteit:

Elodie luistert erg afwisselend. Het ene moment is ze echt aan het luisteren en doet ze mee met de muziek, het andere moment lijkt de muziek voor haar meer naar de achtergrond te verdwijnen en is ze meer bezig met het wrijven over haar vestje. De muziekinstrumenten kunnen Elodie zeker boeien. Het is erg aangenaam om te zien hoe Elodie de muziekinstrumenten tracht te hanteren. Zeker haar verbaasde blik die telkens een nieuwe beweging uitlokt is een aanwijzing dat Elodie de instrumenten wel interessant vindt. Muziekinstrumenten kunnen dus zeker verder aan Elodie aangeboden worden. Ook de orgelmuziek valt in de smaak.

8.2.3.4 Activiteit 4

Omschrijving van de activiteit

De activiteit vindt plaats op de kamer van Elodie. Ik breng een aantal liedjes mee waarvan ik denk dat ze Elodie zullen aanspreken. Mijn keuze is gebaseerd op wat ik weet uit vorige activiteiten en op informatie die ik recentelijk ontvangen heb van de dochter van Elodie. Bovendien heb ik een aantal dierengeluiden die Elodie zou kunnen herkennen. Tijdens de activiteit in het kleine groepje konden de vogelgeluiden Elodie ook zeker boeien.

Geselecteerde liedjes

- Start: "Vogeltjesdans"
- Orgelmuziek: "Baseball sports"
- Dierengeluiden: uil, kat, koe, honden, vogels
- Klokkenspel en xylofoon
- Gouden trompetten "Exac'quo"
- Accordoelmuziek: "Art Van Damme quintet"
- Einde: "Vogeltjesdans"

Doelstellingen van de activiteit

- Elodie even uit haar isolement halen
- De angst van Elodie inhiberen

Beginsituatie

Ik breng Elodie met de rolstoel naar haar kamer. Haar nieuwe en derde kamergenote Fien is ook op de kamer aanwezig. Fien leest echter rustig de krant.

Evaluatie van de activiteit:

Wat mij opvalt, is dat Elodie tijdens deze activiteit heel erg aanwezig is. Ze zit bovendien ook bijna niet inééngedoken. In tegendeel ze kijkt heel veel rond. Ze kijkt zowel naar mij als naar de voorwerpen in de ruimte. De dierengeluiden zijn ook duidelijk een succes bij Elodie. Hoewel de honden voor haar angst inhouden, lijken de rest van de dierengeluiden haar tot rust te brengen. Ik denk dat deze geluiden zeer herkenbaar voor haar zijn. Bovendien zijn dit geluiden die men in een rusthuis niet bepaald regelmatig hoort. Ook de muziekinstrumentjes vind ik geslaagd tijdens deze

activiteit. Het is fijn dat er een soort dialoogje ontstaat tussen mij en Elodie door middel van de muziekinstrumenten. Ik kan echter nog niet voldoende uitmaken of we dit dialoogje kunnen aanhouden of uitbreiden of dat dit dialoogje vandaag eerder berust op toevalligheden en een goede alertheid die vandaag van Elodie uitgaat. De dierengeluiden mogen dus zeker nog eens terug komen tijdens een volgende activiteit en ook het dialoogje kan ik proberen te herhalen.

8.2.3.5 Activiteit 5

Omschrijving van de activiteit

De activiteit vindt plaats op de kamer van Elodie, ondanks dat T.S. hier aanwezig is. Ik breng een aantal liedjes mee waarvan ik weet dat ze Elodie zullen aanspreken, van andere liedjes heb ik slechts een vermoeden. We luisteren samen de liedjes. Bovendien heb ik een aantal instrumenten bij, waar we samen of om de beurt op kunnen spelen.

Geselecteerde liedjes

- Start: "Vogeltjesdans"
- "Ik ben vandaag zo vrolijk": cd
- "Hoedje van papier": cd + meezingen
- "Hij speelde accordeon." + xylofoon
- Relaxatiemuziek: "Yama Gata Ki Kori Uta" en "Saka Ya Uta"
- Dierengeluiden
- Einde: "Vogeltjesdans"

Doelstellingen van de activiteit

- Elodie even uit haar isolement halen
- De angst van Elodie inhiberen

Beginsituatie

Elodie zit al op haar kamer. Leonie is hier ook aanwezig, de kine- en ergoruimte is niet vrij. Ik zorg er echter voor dat Elodie, Leonie niet kan zien tijdens de activiteit.

Evaluatie van de activiteit

Ook vandaag is Elodie heel aanwezig bij de activiteit. Ze maakt heel wat bewegingen en in plaats van door mij heen te kijken, lacht ze duidelijk naar mij. Ook het blazen naar elkaar is een aangenaam moment, waarop ik het gevoel heb dat ik echt wel contact heb met Elodie. Of het naar elkaar blazen ontstaan is doordat ik tijdens een vorig liedje aan het fluiten was, weet ik niet. Wat wel duidelijk is, is dat Elodie van vrolijke liedjes en deuntjes houdt en dat de dierengeluiden die ook terug komen in de relaxatiemuziek voor haar iets herkenbaars zijn. Dit keer wordt ze hier echt vrolijk van. Tijdens deze activiteit merk ik ook duidelijk op dat Elodie niet schrikt of speciaal opkijkt van de eerste tonen van de vogeltjesdans.

Opmerking:

Leonie is in eerste instantie op de achtergrond een beetje aan het jammeren. Nadien is Leonie echter mee aan het zingen met het refreintje van "Vrolijke vrienden". Ze blijkt dit erg goed te kennen. Ook "Een hoedje van papier" herkent ze duidelijk.

Wanneer ik bij het buiten gaan Leonie nog groet begint ze te zingen: "LALALALA". Als ik de kamer uit ben hoor ik haar zingen: "Mieke Maaïke kropsalaaïke, wat zullen we 't avond eten..." Iets wat ik haar voordien nog niet had horen zingen!

8.2.3.6 Evaluatie van de muziekactiviteiten bij Elodie

Elodie is een heel angstig iemand, Hierdoor is het heel belangrijk dat ik een goede vertrouwensrelatie opbouw met haar en dat de activiteiten plaats vinden in een rustige en vertrouwde ruimte. De kamer van Elodie is het meest geschikt voor de activiteiten, hier lijkt ze echt meer op haar gemak. Ook in de keuze van de liedjes is het duidelijk dat Elodie een voorkeur heeft voor vrolijke deuntjes en geluiden die ze herkent. Verder heeft zij een voorkeur voor de liedjes die ik zelf voor haar zing, maar ook voor de instrumenten. Het is meteen duidelijk dat de instrumenten haar kunnen boeien en na verloop van tijd is ze hier ook zelf mee beginnen experimenteren. Hiervan leek ze steeds te genieten. Aanvankelijk heb ik bij Elodie de indruk dat ze langs mij heen kijkt of los door mij heen, maar na een aantal activiteiten merk ik echter dat ze nu toch naar mij kijkt. Dit geeft een enorm goed gevoel. Bij Elodie is muziek dus eveneens een middel dat ik kan gebruiken om met haar in contact te komen.

8.2.4 Muziekactiviteiten bij Mariette**8.2.4.1 Activiteit 1****Omschrijving van de activiteit**

Ik ga bij Mariette langs op de kamer met mijn platenspeler. Ik laat haar enkele liedjes horen waarvan ik denk dat ze zullen aanslaan bij haar. Ik weet bovendien van haar man dat Mariette vroeger veel gedanst heeft. Een specifiek muziekgenre heeft haar man hieromtrent echter niet geformuleerd. Ik laat Mariette de liedjes één voor één horen met telkens een korte tussenpauze.

Geselecteerde liedjes

- "Strauss Walzer."
- Tsjaikowsky: "Symphonie nr.6"
- "Eine kleine nachtmusik"

Doelstellingen van de activiteit

- Het vinden van een lied, dat de bewoner echt aanspreekt en waar zij van kan genieten. Dit lied kunnen we nadien gebruiken om elke individuele muziekactiviteit mee te starten en ook te beëindigen
- Uitzoeken welke liedjes en welk genre van muziek bij Mariette in de smaak vallen

Beginsituatie

Mariette praat tegen mij wanneer ik binnenkom. Wat ze zegt is echter onverstaaanbaar.

Evaluatie van de activiteit

Mariette is niet zo enthousiast over de muziek, ze komt tijdens de activiteit eerder triest over. Mariette beweegt bovendien bijna niet.

Ik denk dat ik in een volgende activiteit toch beter iets vrolijkere muziek kan proberen. Bovendien zijn er nog heel wat andere muziekgenres waarop men kan dansen! Ik denk dat ook accordeonmuziek de moeite waard is om bij Mariette eens uit te proberen, omdat vroeger vele dansfeesten werden begeleid met een accordeon.

8.2.4.2 Activiteit 2

Omschrijving van de activiteit

Ik ga bij Mariette langs op de kamer, dit keer met een cd-speler. Bovendien heb ik dit keer een heel andere genre van muziek geselecteerd om haar te laten horen. Een aantal van deze liedjes heb ik ook tijdens een muziekactiviteit gebruikt waar Mariette aan deel nam samen met 3 andere dementerende bewoners. De reactie van Mariette op deze liedjes was toen ook vrij positief.

Geselecteerde liedjes

- Start: Dorus: "Twee motten"
- Nonkel BoB: "Vrolijke vrienden": zingen
- Jo vally: "Twee ogen zo blauw"
- Zangeres zonder naam: "'t Was aan de Costa del Sol"
- Bob Scholte: "Marietje van pietje"
- "Op de purp'ren hei": zingen
- Accordeonmuziek: "Engelse wals"
- Accordeonmuziek: "Tiroler polka"
- Einde: Dorus: "Twee motten"

Doelstellingen van de activiteit

- Het vinden van een lied, dat de bewoner echt aanspreekt en waar zij van kan genieten. Dit lied kunnen we nadien gebruiken om elke individuele muziekactiviteit mee te starten en ook te beëindigen.
- Uitzoeken welke liedjes en welk genre van muziek bij Mariette in de smaak vallen.

Beginsituatie

Mariette zit in haar zetel te praten. Wanneer ik binnenkom kijkt ze me aan en lacht.

Evaluatie van de activiteit

Ik denk dat deze activiteit zeker lang genoeg is en dat de concentratie van Mariette wel teneinde is.

Vrolijke muziek slaat duidelijk beter aan bij Mariette dan de klassieke dansen van de vorige activiteit. Vooral "Twee motten", "t Was aan de costa del sol" en de "Tiroler polka" spreken Mariette aan. Ik denk dat ik dus bij haar beter deze richting insla.

8.2.4.3 Activiteit 3

Omschrijving van de activiteit

Ik ga bij Mariette langs op de kamer met mijn Cd-speler en een aantal liedjes die ik selecteerde op basis van wat ik de vorige activiteit heb gezien en wat ik waarnam tijdens het muziekganzenbord waar Mariette en haar man aanwezig waren. Ik laat de liedjes weer één voor één horen aan Mariette en speel bij sommige liedjes mee op een klein muziekinstrument.

Geselecteerde liedjes

- Start: Dorus: "Twee motten "
- Zangeres zonder naam : "t Was aan de costa del sol"+ belletjes
- Peter Koelewijn: "Kom van dat dak af"+ shaker
- "Meisjes met rode haren" + tamboerijn
- "De wilde boeren dochter"
- Einde: Dorus: "Twee motten"

Doelstellingen van de activiteit

- Mariette een moment van ontspanning en genot bieden
- Mariette aanzetten tot beweging

Beginsituatie

Mariette zit in haar zetel en op haar tafeltje staat haar teddybeer.

Evaluatie van de activiteit

Vandaag beweegt Mariette minder dan de vorige keer. Dit wil niet zeggen dat zij een volgende keer terug meer zal bewegen. Wanneer Mariette begint te praten, kan ik niet uitmaken of het gaat om verminderende aandacht, een blijk van appreciatie of zelfs dat zij begint te praten omdat zij mijn mond ziet bewegen.

Instrumenten kunnen de aandacht van Mariette zeker trekken, zelf zal ze hier echter niet onmiddellijk iets mee doen. Ook mijn stem kan de aandacht van Mariette trekken, naar een volgende keer toe kan ik dus zeker nog een aantal liedjes zingen voor haar.

8.2.4.4 Activiteit 4

Omschrijving van de activiteit

Ik ga bij Mariette langs op de kamer. Ik heb een aantal cd's met opgenomen liedjes bij, ik heb ook teksten bij van liedjes die ik voor haar kan zingen. De keuze van de liedjes is gebaseerd op wat ik weet uit vorige activiteiten en uit de activiteiten in het kleine groepje. Bij sommige liedjes zal ik meespelen op een klein muziekinstrument.

Geselecteerde liedjes

- Start: Dorus: "Twee motten"
- "Twee ogen zo blauw"
- "Vrolijke vrienden" + tamboerijn
- "Daar was laatst een meisje loos": zingen
- "Broeder Jacob": zingen.
- "'k Zag twee beren": zingen.
- Regenbuis + relaxatiemuziek
- Einde: Dorus: "Twee motten"

Doelstellingen van de activiteit

- Mariette een moment van ontspanning en genot bieden
- Mariette aanzetten tot beweging

Beginsituatie

Mariette zit op haar kamer te praten.

Evaluatie van de activiteit:

Aanvankelijk verloopt de activiteit vrij goed. Mariette lijkt echt te genieten van de liedjes die ik zelf voor haar zing. Ze is dan beduidend aandachtiger. Wanneer ik op een instrument meespeel met een lied, lijkt het alsof ze het lied niet meer hoort. Ze zal echter zelf geen poging ondernemen om een geluid uit een muziekinstrument voort te brengen.

De regenbuis vindt Mariette ook duidelijk intrigerend. Ze lijkt hier echt rustiger door. Het is wel spijtig dat na verschillende storingen de opgebouwde sfeer weg is, want er hing echt een aangename sfeer in de kamer. Dit verklaart waarschijnlijk ook waarom Mariette bij het laatste lied niet veel reactie meer toont. Het is wel duidelijk dat Mariette van zelf gezongen liedjes echt kan genieten, dit is dus iets dat ik mee kan nemen naar een volgende keer toe. Ook gebruik ik best geen instrumenten terwijl er een lied opstaat.

8.2.4.5 Activiteit 5

Omschrijving van de activiteit

Ik ga langs op de kamer bij Mariette. Naast opgenomen liedjes en een aantal teksten heb ik vandaag ook een aantal dierengeluiden bij. Ik luister of zing één voor één de liedjes met Mariette

Geselecteerde liedjes

- Start: Dorus: "Twee motten"
- "Daar was laatst een meisje loos": zingen
- "Annemarieke": zingen
- De havenzangers: "Daar bij de waterkant"
- Dierengeluiden: vogels, kat, honden, koe, vogels
- "Greatest accordeon hits"

Doelstellingen van de activiteit

- Mariette een moment van ontspanning en genot bieden
- Mariette aanzetten tot beweging

Beginsituatie

Mariette zit op haar kamer in de zetel. In eerste instantie lijkt ze te slapen, maar wanneer ik binnenkom, kijkt ze op.

Evaluatie van de activiteit:

Mariette is vandaag erg vrolijk, ze lacht voordurend en lijkt zich kostelijk te amuseren. Het is enorm leuk om te zien hoe Mariette zo vrolijk begint te bewegen. Zoveel beweging heb ik van haar nog niet gezien. Bovendien lacht ze constant en is ze erg aandachtig! Mijn stem kan echt haar aandacht trekken. Verder zijn de dierengeluiden ook zeker een succes! Ik denk dat ze voor Mariette heel herkenbaar zijn! Ze kan zelfs de koe nog benoemen. De accordeonmuziek is vandaag ook een succes. Mariette beweegt enthousiast met haar handen en lichaam. Dit is zeker een geslaagde activiteit, waarbij inderdaad aan de doelstellingen voldaan is.

Naar verdere activiteiten toe, mogen zoals eerder gezegd zeker zelf gezongen liedjes terugkomen, maar ook herkenbare geluiden, zoals de dierengeluiden vindt Mariette erg aangenaam! Accordeonmuziek die men aan Mariette aanbiedt moet echt op en top vrolijk zijn om een succes te vormen.

8.2.4.6 Evaluatie van de muziekactiviteiten bij Mariette

Mariette lijkt vooral van muziek te genieten wanneer ik zelf voor haar zing. Mijn stem kan echt haar aandacht trekken en vasthouden. Verder zijn het vooral vrolijke nummers die bij haar aanslaan. Wanneer ik bij haar accordeonmuziek gebruikt moet deze heel vrolijk zijn. Bij Mariette is het voor mij het minst duidelijk welke muziek het meest aanslaat. Haar voorkeur lijkt erg wisselend. De dierengeluiden waren zeker succesvol. Het viel mij verder op dat Mariette in groep soms actiever naar de muziek lijkt te luisteren dan bij individuele activiteiten. Mijn activiteiten bij haar waren zeker niet altijd helemaal geslaagd, maar anderzijds zijn er wel momenten geweest waarop Mariette zich kon ontspannen en waarop ze aangezet werd tot beweging.

8.3 Activiteiten waar alle bewoners aan kunnen deelnemen

8.3.1 Zangstonde

Omschrijving van de activiteit:

Er vindt een zangstonde plaats in de ergo- en animatieruimte. Al de bewoners van het rusthuis zijn welkom. De bewoners worden op voorhand verwittigd van de activiteit door middel van affiches die in elke zithoek en in de refter hangen. Op het moment zelf worden de bewoners nog eens individueel uitgenodigd en gehaald door de ergotherapeut en de animators. De bewoners worden naar de ergo- en animatieruimte gebracht, waar ze plaats nemen rond een grote tafel. Iedereen krijgt een boekje met de teksten van de liedjes die gezongen zullen worden. De bewoners kunnen kiezen uit een gewoon A4 formaat of een A3 formaat waarin alles extra groot afgedrukt staat. De ergotherapeute en animatrice zorgen dat de bewoners een aangename plaats hebben en dat iedereen kan volgen in zijn boekje. Ik zet samen met de bewoners de liedjes in en ik zing voldoende luid mee zodat de bewoners een houvast hebben tijdens het zingen.

Voorbeelden van liedjes die gezongen worden:

- "Oh mijn liefste Meerhout"
- "Annemarieke"
- "Sarie Mareis"
- "Kempenland"
- "Twee ogen zo blauw"
- "De lichtjes van de Schelde"
- "Tulpen uit Amsterdam"
- "Ik zien zo gere men duivenkot"
- "Over 25 jaar"
- "Mijne blauwe geschelpte"

Doelstellingen van de activiteit:

- De bewoners beleven een plezierige en ontspannende namiddag
- De bewoners hebben een beter groepsgevoel
- De bewoners worden geactiveerd en eventueel aangezet tot beweging

Verloop en evaluatie van de activiteit:

Als ik naar de doelstellingen kijk, vind ik dat die met dit soort activiteit wel bereikt kunnen worden. De bewoners amuseren zich duidelijk tijdens deze zangstonde. Iedereen is aan het lachen en zingt luidkeels mee. Het lied "Oh mijn liefste Meerhout" geeft echt aan wat hen verbindt en dat is ook voelbaar op zo'n moment. Ik moedig de bewoners bovendien regelmatig aan en zeg hen dat ze het goed doen, waardoor zij een positief gevoel krijgen. Zo wordt de plezierbeleving en het groepsgevoel vergroot.

Ook aan de doelstelling rond beweging is voldaan. Heel wat bewoners wiegen mee met hun handen, maar ook wanneer men van links naar rechts aan het wiegen is, zie ik bijna niemand die niet mee doet.

Dit is een geslaagde activiteit. Ik merk dat de liedjes goed gekend zijn bij de bewoners. Wanneer ik een lied niet echt ken kan ik de groep gewoon laten zingen zonder dat iemand duidelijk de leiding neemt. De bewoners aanvaardden dit en doen allen goed mee. Ik denk dat het voor iedereen een aangename namiddag is, die zeker voor herhaling vatbaar is!

Naar een volgende keer toe, moet ik er wel op letten dat ik tijdig mijn zangtempo aanpas aan dat van de bewoners. Ik kan best voldoende traag zingen zodat alle bewoners kunnen volgen.

8.3.2 Zitdans

Omschrijving van de activiteit:

Aan het einde van elke groeps gym wordt er een zitdans gedaan. Ik introduceer een nieuwe zitdans die gedurende een aantal weken dezelfde blijft. De zitdans die ik geselecteerd heb is nummer met een stevige beat, maar met een eenvoudige Nederlandstalige tekst. Hierdoor kunnen de bewoners goed meezingen en kunnen er bewegingen aan de tekst gekoppeld worden zodat ze gemakkelijker te onthouden zijn.

Gekozen lied: Fietsbel van Gebroeders Co

Bewegingen van de dans:

Zie *bijlage 1: Bewegingen zitdans*.

Doelstellingen van de activiteit:

- De bewoners worden geactiveerd en aangezet tot lichaamsbeweging op een aangename manier
- De bewoners beleven plezier

Verloop en evaluatie van de zitdans:

De eerste keer dat de zitdans uitgevoerd wordt, moeten de bewoners enorm lachen. Dit vooral omwille van de tekst. De bewegingen zijn gebaseerd op de tekst wat het gemakkelijker maakt voor de bewoners om mee te kunnen doen. In eerste instantie is er nog wel veel verwarring, maar de bewoners doen hun best om te kunnen volgen en kijken aandachtig naar mij. Na een aantal weken, merk ik dat de bewoners al goed weten welk danspasje er gaat komen. Ze kijken nog wel aandachtig naar mij. Heel wat bewoners beginnen ook de tekst van het lied mee te zingen.

Ik denk dus dat dit zeker een geschikte zitdans is. Zowel het dansje als het lied zijn eenvoudig, maar niet kinderachtig. Het lied heeft een aangenaam tempo en de tekst is voor iedereen verstaanbaar. De doelstellingen die aan de zitdans gekoppeld zijn, worden op deze manier zeker bereikt. Iedereen doet zijn best om zo goed mogelijk mee te dansen. Bovendien zingt iedereen mee en wordt er heel wat afgelachen!

Het is wel goed dat ik aangeef aan de mensen wat er vervolgens gaat komen in de dans. Dit maakt het voor hen gemakkelijker en spoort hen aan om goed mee te doen, maar het brengt eveneens meer sfeer in de groep! Iets om zeker aan te blijven denken dus. Wat ook erg leuk is, is dat ik de mensen er achteraf ook nog over hoor praten bijvoorbeeld in de zithoek of in de refter.

Het is wel belangrijk, dat een zitdans echt wel een aantal weken dezelfde blijft zodat de bewoners deze echt goed kennen. Hoe beter ze mee kunnen, hoe liever ze de dans zullen doen. Natuurlijk geldt ook wel zoals bij vele zaken in het leven: "overdaad schaadt". Eens de zitdans zijn beste tijd heeft gehad, kan ik hem vervangen door een nieuwe en de oude bijvoorbeeld tijdens een namiddag zitdansen nog eens terug laten komen. Het lied zal zeker nog herkend worden door de bewoners!

8.3.3 Muziekganzenbord

Omschrijving van de activiteit:

De activiteit vindt plaats in grote groep in de ergo- en animatieruimte van het rusthuis.

Het muziekganzenbord bestaat uit een bordspel met verschillende vakjes met opdrachten:

- De prinses: De bewoner krijgt een foto te zien van een zanger of zangeres, de bewoner raadt wie er op de foto staat.
- De trompet: De bewoner krijgt een prent te zien van een instrument, de bewoner raadt welk instrument dit is.
- De grammofoon: De bewoners krijgen een lied te horen en raden de titel van het lied.
- De lippen: De bewoners krijgen een lied te horen en raden de zanger van het lied.
- De muzikant: De bewoners zingen samen een lied dat ik voor hen selecteerde.
- De dobbelstenen: De bewoner mag nog een keer gooien.

Alle bewoners hebben een eigen pion bv. een giraf, een motor, een wasknijper...

Er wordt gedobbeld met de dobbelsteen. De bewoner mag zijn of haar pion het gedobbelde aantal ogen vooruit zetten. Indien de bewoner op een vakje met een opdracht komt, voert hij deze uit met behulp van de andere bewoners.

Doelstellingen van de activiteit:

- De bewoners beleven een plezierige en ontspannende namiddag
- De bewoners hebben een positiever gevoel van eigenwaarde
- Het langetermijngeheugen van de bewoners wordt gestimuleerd. bv het herinneren van tekst, titel, zanger,...
- De bewoners ervaren een aangename sfeer in de groep
- De bewoners worden aangezet tot sociaal contact

Verloop en evaluatie van de activiteit:

Van tevoren zijn al heel wat bewoners enthousiast over de activiteit. Er komen dan ook veel bewoners opdagen om deel te nemen. Doordat er zoveel deelnemers zijn, kan ik zelf niet meer aan het spelbord om de pionnen te verzetten. Daarom zit de ergotherapeute van het rusthuis op de tafel zodat de pionnen toch op de juiste plaats gezet kunnen worden. Wanneer iemand op een vakje met een opdracht komt, wordt in eerste instantie de kans om te antwoorden gegeven aan de bewoner die aan de beurt is. Indien de bewoner zelf het antwoord niet weet, mag de rest van de deelnemers mee zoeken naar het antwoord. Na verloop van tijd worden echter bijna alle vragen samen opgelost. Dit is zeer bevorderlijk voor het groepsgevoel. Wanneer er een liedje opgezet wordt om de titel of zanger te raden, beginnen de bewoners spontaan mee te zingen of zelfs me te wiegen met hun handen. De foto's vinden de bewoners erg interessant, ze worden dan ook telkens de hele groep rond gegeven. Ik verbaas me er bovendien keer op keer over hoe snel bewoners het juiste antwoord kunnen geven. Zelfs licht dementerende bewoners kunnen aan dit spel vlot deelnemen. Het gaat over zangers en liedjes van vroeger, iets wat ze nog wel kunnen oproepen uit hun geheugen. Deze activiteit is dus voor hen zeker een succeservaring en draagt bij tot een positief eigenwaardegevoel. Omdat het samen zingen van liedjes vrij moeilijk verloopt door de vele tempoverschillen, besluiten we alleen nog de refreintjes te zingen. Dit loopt dan ook heel wat vlotter.

Doordat er zoveel deelnemers zijn, kunnen we het spel niet op één namiddag uitspelen. We spelen het spel dus in dezelfde week nog verder. Ook de tweede keer komt er veel volk opdagen, bijna alle deelnemers van de eerste keer zijn ook nu aanwezig. Het is duidelijk dat de bewoners van dit spel genieten. Mensen die anders bijna nooit naar een activiteit komen, blijven nu de hele namiddag. Mensen die anders onrustig zitten te roepen, zijn nu wel rustig. De mensen vinden het bovendien niet erg dat ze maar drie keer op een namiddag kunnen gooien met de dobbelsteen, daar iedereen gezamenlijk zoekt naar de antwoorden op de verschillende vragen. Deze activiteit is dus zeker geslaagd! Het materiaal is in orde en voldoende groot, de keuze van de foto's en de liedjes is in orde... Bovendien zijn de doelstellingen van deze activiteit absoluut bereikt! Kortom een activiteit waar iedereen plezier aan beleefd heeft en die zeker voor herhaling vatbaar is in dit rusthuis.

8.3.4 Medley op het kerstfeest

Omschrijving van de activiteit:

Het kerstfeest voor de bewoners vindt plaats in de grote zaal van het rusthuis.

Tussen het eten door worden verschillende nummertjes opgevoerd door het personeel van het rusthuis. Zo komt bijvoorbeeld K3 optreden met "Oma's aan de top", Frans Bauer met "Heb je even voor mij", een komisch toneeltje, er wordt een medley gezongen, er is een modeshow rond klederdracht van vroeger en de afsluiter is het nummer "Lief klein konijntje" waarna de Kerstman langskomt.

Doelstellingen van de activiteit:

- De bewoners beleven een plezierige en ontspannende namiddag
- De bewoners ondervinden een aangename sfeer in de groep

Beginsituatie:

De bewoners zitten in de grote zaal rond een U-vormige tafel. Vooraan in de zaal staat een podium waar de verschillende optredens zullen plaatsvinden. Tussen de optredens door dient het personeel gewoon mee op bij de bewoners en helpen zij de bewoners waar nodig.

Verloop en evaluatie van de activiteit:

In eerste instantie worden er een aantal optreden gebracht door "bekende artiesten" vertolkt door het personeel van "De Berk". Dit valt bij de bewoners duidelijk in de smaak, er wordt dan ook heel wat afgelachen. Vervolgens wordt er een medley gezongen door mezelf en de animatrice van het rusthuis. Alle bewoners krijgen een blad waarop de liedjes staan zodat zij zelf kunnen meezingen. De bewoners klappen mee in hun handen en zingen mee waar ze kunnen. De meeste liedjes zijn voor hen zeker herkenbaar. De bewoners zwaaien regelmatig mee met hun handen in de lucht. Af en toe zing ik wel eens iets anders dan de animatrice of nemen we een andere toonhoogte aan, dat klinkt dan wel grappig, maar de bewoners kunnen daar zeker mee lachen. Na een aantal liedjes voel ik mij wat beter op mijn gemak. Ik merk dat, als ik zelf wat meer gebaren maak enz., de mensen dan nog gemakkelijker meedoen! Na het zingen van de medley komt de modeshow, ook hier zorg ik voor gepaste achtergrond muziek.

Tot slot van de optredens doet al het deelnemende personeel nog een nummertje samen: "lief klein konijntje". Het is voor de bewoners erg leuk om het personeel eens in een andere outfit te zien dan in de witte uniformen.

Als ik naar de doelstellingen kijk, dan zijn deze zeker bereikt! Sfeer en plezier is er vandaag in overvloed! Het is niet alleen voor de bewoners een heel leuke namiddag, maar ook voor personeel en vrijwilligers is dit een leuke ervaring! Niet alle liedjes zijn even goed gekend door de bewoners, maar zeker wel herkenbaar. Het zijn stuk voor stuk sfeerbrengers zoals "Ik ben verliefd op jou" van Paul Severs. De bewoners genieten duidelijk van het feest!

8.3.5 Hoger lager met muziekvragen**Omschrijving van de activiteit:**

De deelnemende bewoners worden in 2 groepen verdeeld. Om de beurt krijgen de groepen een muziekvraag waar een getal in staat. Bijvoorbeeld "Vader Abraham had 6 zonen". Van de groep die aan de beurt is, mag één iemand, na overleg met de rest van de groep, antwoorden met "hoger of lager". Als het antwoord dat de groep geeft correct is, dan mag de groep een rondje met de kaarten spelen. Indien het antwoord fout is, gaat het rondje naar de andere groep.

Een rondje met de kaarten: Er staan 10 kaarten op een rij. De eerste kaart krijgen de bewoners cadeau en wordt zo omgedraaid. Nadien moeten de bewoners één voor één hoger of lager zeggen tot de 10 kaarten zijn omgedraaid. Als de laatste kaart van het rijtje juist is, krijgt de groep een punt.

Doestellingen van de activiteit:

- De bewoners beleven een plezierige en ontspannende namiddag
- Het langetermijngeheugen van de bewoners wordt gestimuleerd, bijvoorbeeld het herinneren van de liedjestekst waarin het getal voorkomt
- De bewoners ervaren een aangename sfeer in de groep

Beginsituatie:

De bewoners worden verwittigd van de activiteit d.m.v. een affiche en worden op de dag zelf bovendien persoonlijk uitgenodigd en opgehaald op de kamer.

Er zijn 20 deelnemers in totaal. Ze zitten rond 2 verschillende tafels in de ergo- en animatieruimte van het rusthuis. Ik zorg dat iedereen het bord waarop de 10 kaarten zullen staan goed kan zien.

Verloop en evaluatie van de activiteit:

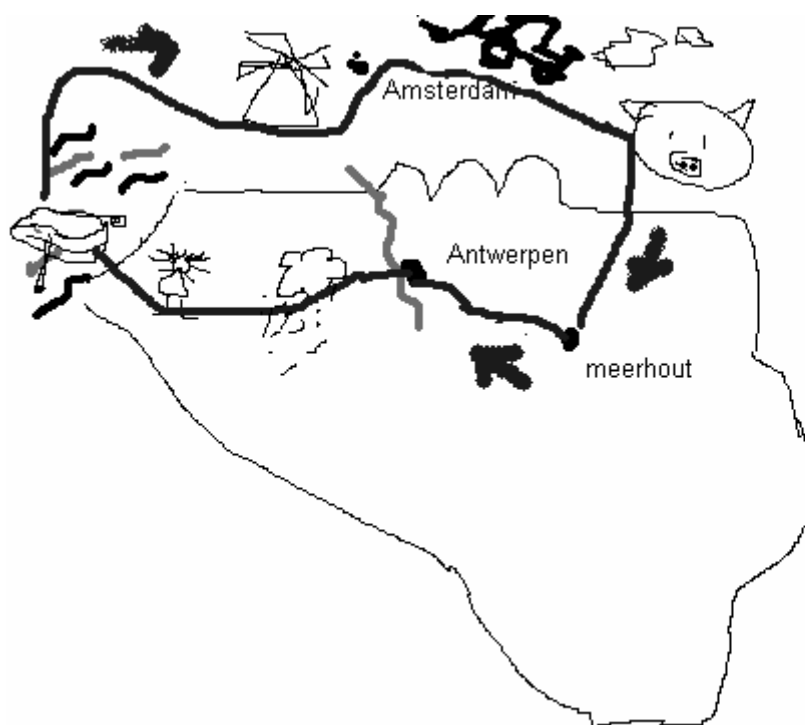
Ik heb de indruk dat dit wel een geslaagde activiteit is, al verloopt ze dan iets anders dan de bewoners gewend zijn. Meestal geven de bewoners wel het correcte antwoord. Wanneer zij dit niet weten of het lied waaruit het stukje tekst komt niet onmiddellijk kennen, dan zing ik het lied even voor tot het gedeelte waar het getal in komt. Op deze manier kunnen de bewoners het juiste antwoord iets gemakkelijker raden. Wanneer het juiste antwoord gegeven is, beginnen de bewoners het bewuste lied soms ook samen te zingen. Dit heeft een zeer goed effect op de sfeer in de groep. Een bewoner had echter verwacht dat de vragen met echte opgenomen muziek zouden gesteld worden. Het competitie-element vinden sommigen ook wel leuk. Anderen vinden het gewoon leuk om naar het juiste antwoord te raden en de liedjes te zingen en op deze manier zeggen ze soms het antwoord voor, voor de andere groep. Over het algemeen is dit dus wel een geslaagde activiteit voor iedereen.

Ik heb ondervonden dat ik als begeleider de sfeer enorm bepaal tijdens zo'n activiteit. Het is heel belangrijk dat ik als begeleider de verschillende vragen en antwoorden aan elkaar praat, met bijvoorbeeld af en toe een grapje om zo de sfeer in de groep te houden. Ook voor bewoners die het wat moeilijker hebben met de activiteit is het belangrijk dat ik als begeleider op een passende manier help en de persoon in kwestie motiveer. Het is dus belangrijk dat ik als begeleider over voldoende communicatieve vaardigheden beschik om zo sfeer in de groep te brengen.

8.3.6 Al zingend op wereldreis

Omschrijving van de activiteit:

We gaan met de bewoners al zingend op wereldreis. De activiteit is in feite een iets wat anders ingeklede zangstonde. We volgen een route die uitgetekend is op een kaart van België. Bij elke plaats, streek of persoon die we tegenkomen zingen we een gepast liedje. De bewoners hebben allen een bundeltje waar de liedjes in staan, zodat ze de tekst kunnen volgen. We leggen de weg af op ons paard (galop door te klappen op de benen) we gaan verder met onze boot (roeien) en komen terug met de trein (trein uitbeelden met armen). Na de pauze worden er gewoon opgenomen liedjes opgezet. De bewoners kunnen dan gewoon luisteren, meezingen, dansen enz.



Figuur 2: kaart al zingend op wereldreis

Geselecteerde liedjes:

- "Oh mijn liefste Meerhout"
- "Kempenland"
- "Lichtjes van de Schelde"
- "Daar in dat kleine café"
- "De Vlaamse leeuw"
- "Loze vissertje"
- "Daar was laatst een meisje loos"
- "De Noordzeekuste"
- "Daar bij die molen"
- "Tulpen uit Amsterdam"
- "In een klein stationnetje"
- "Een Nederlandse Amerikaan"
- "Oh mijn liefste Meerhout"

Doelstellingen van de activiteit:

- De bewoners beleven een plezierige en ontspannende namiddag
- De bewoners worden geactiveerd en eventueel aangezet tot beweging
- De bewoners ervaren een aangename sfeer in de groep

Beginsituatie:

De bewoners worden uitgenodigd via een affiche en worden bovendien op de dag zelf persoonlijk uitgenodigd en opgehaald. Heel wat bewoners zijn erg enthousiast. Er is een grote opkomst.

Verloop en evaluatie van de activiteit:

Op zich is dit wel een leuke activiteit voor de bewoners, al voelt dit voor mij niet steeds zo aan. Blijkbaar verschillen de melodieën van sommige liedjes van streek tot streek, waardoor er wel eens protest komt van sommige bewoners. Daarom zingen we de liedjes waarvan we de muziek op cd hebben verder met de muziek erbij. Wanneer er te veel protest of onnodig protest komt van bepaalde bewoner, tracht ik dit steeds te couperen of hier een positieve wending aan te geven.

De manier waarop we van het ene liedje naar het andere liedje verder gaan, dus door middel van bijvoorbeeld het paard, valt bij de bewoners wel in de smaak. Ze doen de bewegingen dan ook enthousiast mee. Ook de kaart op het bord, is een goed middel om mee in interactie te treden met de bewoners en hen te laten raden wat het volgende liedje is. Dat de bewoners de teksten van de liedjes in de boekjes vinden is zeker wel handig, maar voor sommigen is de tekst toch nog te klein om hem vlot te kunnen lezen.

Van "De Vlaamse leeuw" zingen we slechts de eerste strofe en het refrein, omdat het lied tegenwoordig voor sommigen ook een politiek tint heeft gekregen. Liedjes als "Het loze vissertje" en "Daar was laatst een meisje loos" worden dan weer vlot en uit volle borst door de hele groep gezongen.

Na de pauze is onze reis afgelopen en zetten we gewoon wat muziek op. De bewoners kunnen hier duidelijk van genieten en beginnen zelfs te dansen op "Mooi is het leven" van Jo Vally. Ook tijdens "Op de purp'ren hei" kan ik duidelijk zien dat er een aangename sfeer heerst in de groep. Iedereen wiegt mee van links naar rechts. Het laatste gedeelte is dus ook zeker geslaagd en de bewoners amuseren zich duidelijk.

Wanneer ik nog eens zulke activiteit wil doen, is het dus zeker belangrijk dat ik boekjes voorzie met voldoende grote letters en ervoor zorg dat ik de liedjes kan zingen met de melodie die de bewoners gewend zijn. Als begeleider van een zangstond is het ook belangrijk dat ik alle liedjes voldoende luid meezing, dit geeft aan de groep een houvast en brengt onmiddellijk meer sfeer in de groep.

8.3.7 Optreden van Jos Heylen**Omschrijving van de activiteit:**

Jos, een vrijwilliger, komt optreden, met zijn synthesizer, in de cafetaria van het rusthuis. Hij brengt er liedjes uit de tijd van toen, die door de meeste bewoners wel gekend zijn. Er is voor de bewoners de gelegenheid om mee te zingen en te dansen.

Geselecteerde liedjes:

- De liedjes worden geselecteerd door Jos.
- Het zijn vooral liedjes uit de tijd van toen.

Doelstellingen van de activiteit:

- De bewoners beleven een plezierige en ontspannende namiddag
- De bewoners worden geactiveerd en eventueel aangezet tot beweging

Beginsituatie:

De bewoners zijn enthousiast over het optreden, er is dan ook een grote opkomst in de cafetaria van het rusthuis. De bewoners krijgen een plaats toegewezen, zodat iedereen de dansvloer goed kan zien.

Verloop en evaluatie van de activiteit:

De bewoners zijn enthousiast over de muziek en zingen de liedjes vrij vlot mee. Om in de micro te zingen zijn de meeste mensen te verlegen. Alleen één bewoonster zingt gretig mee door de micro, ze kent dan ook bijna alle teksten. Een andere bewoonster danst erop los en zet ook andere bewoners aan om mee te dansen. Wanneer ik de vrijwilligers aanzet om ook een rolstoelbewoner mee op de dansvloer te nemen, zijn deze in eerste instantie wat terughoudend. Nadat ze echter zien dat de bewoner geniet van het rolstoeldansen, komen ze ook mee op de dansvloer, om met een aantal bewoners te rolstoeldansen. Het was opvallend dat bewoners die anders een activiteit niet volledig volhouden, nu gedurende de hele activiteit blijven. Bovendien zijn er ook een aantal bewoners die in eerste instantie niet mee naar de activiteit willen komen, maar wanneer ze de tonen van de muziek horen toch even komen kijken en bij deze ook gedurende de rest van de activiteit blijven. Na elk lied applaudisseren de bewoners, er heerst echt een leuke sfeer in de zaal. Tijdens "Jinglebells" mogen de bewoners mee tikken met hun lepeltje tegen hun tas. De bewoners genieten hier duidelijk van. Wat spijtig is, is dat de bewoners geen teksten hebben van de liedjes, zodat het voor sommigen iets moeilijker is om mee te zingen, ondanks dat ze het lied wel herkennen. Dit is dus iets dat ik naar een volgende keer toe zeker wel wil voorzien.

8.3.8 Rad van fortuin met zangers en liedjes

Omschrijving van de activiteit

De activiteit vindt plaats in de ergo- en animatieruimte van het rusthuis. De bewoners zitten rond de grote tafel en kunnen allen het grote bord vooraan in de ruimte zien. Op het bord zet ik een aantal streepjes die overeenkomen met het aantal letters van een titel van een lied of de naam van een zanger(es). De bewoners mogen één voor één een letter zeggen wanneer de letter voorkomt in de titel of de naam, vul ik deze in op de streepjes. De bewoners mogen pas raden naar de titel of de naam, wanneer ze aan de beurt zijn, zo heeft iedereen evenveel kans op de titel of de naam te raden.

Geselecteerde titel en zangers:

Een hele lijst met zangers en titels uit de tijd van toen, maar ook bekende Vlaamse zangers en liedjes komen aan bod. Verder de moeilijkheidsgraad aangepast worden op het moment zelf doordat er een ruim aanbod aan titels en liedjes is en bewoners eventueel zelf ook een leuke inbreng hebben.

Doelstellingen van de activiteit:

- De bewoners beleven een plezierige en ontspannende namiddag
- De bewoners hebben een positiever gevoel van eigenwaarde
- Het langetermijngeheugen van de bewoners wordt gestimuleerd. bv het herinneren van tekst, titel, zanger,...

Beginsituatie:

De bewoners zitten in de ergo- en animatieruimte van het rusthuis en kunnen allen het bord zien. Alle bewoners kennen het principe van Rad van fortuin.

Verloop en evaluatie van de activiteit:

Het is al snel duidelijk dat het verschil in niveau tussen de bewoners groot is. Sommige bewoners hebben slechts 2 letters nodig om iets te raden, bij anderen moet het woord er bijna volledig staan. Over het algemeen worden de zangers vrij snel geraden. De titels van de liedjes zijn blijkbaar iets moeilijker om te raden. Wat ook opvalt, is dat de bewoners die het antwoord weten het heel moeilijk hebben om het antwoord niet voor te zeggen. Ze wachten dan ook vaak niet op hun beurt, wat voor andere bewoners niet zo leuk is. Dit maak ik dan ook duidelijk naar de betrokken bewoners toe. Wanneer er een zanger of een titel geraden worden, zingen we allen een paar zinnen uit het liedje, zodat zeker iedereen weet over welk liedje of welke zanger het gaat. Wat ook opvalt is dat er heel vaak dezelfde letters worden gezegd, ook al staat deze letter reeds op het bord geschreven. Dit laatste kan zowel te maken hebben met concentratie als met het geheugen. Verder waren de mensen eigenlijk wel enthousiast.

9 EVALUATIE VAN HET MEDIUM MUZIEK

Om het medium muziek te evalueren aan de hand van mijn ervaringen op stage, zal ik opnieuw gebruik maken van het model van menselijk handelen van Reed en Sanderson zoals dit beschreven staat op bladzijde 15 van mijn eindwerk.

9.1 Cirkel 1: Individu centraal

Ik heb de bewoner(s) steeds centraal gesteld binnen mijn muziekactiviteiten. Ik ben dus uitgegaan van hun mogelijkheden en beperkingen, van hun wensen en voorkeuren. Zo heb ik bij elke bewoner gepaste liedjes gezocht, die bij konden dragen tot het bereiken van hun individuele doelstellingen.

9.2 Cirkel 2: Vijf functies en vaardigheden

Afhankelijk van de gestelde doelen heb ik muziek gebruikt om op één of meer van deze vijf gebieden te werken.

Motorisch gebied: Bij Leonie en Mariette heb ik als doel gesteld het activeren en aanzetten tot beweging. Ook bij groepsactiviteiten kwam deze doelstelling regelmatig terug. Bij de individuele activiteiten lukte dit aanzetten tot beweging niet altijd even vlot, waarmee ik niet wil ontkennen dat muziek tot beweging aanzet. Wanneer Leonie en Mariette voldoende alert waren en de juiste sfeer gecreëerd werd, lokte de muziek wel degelijk beweging uit. Daarom is het van belang dat muziek bij Leonie en Mariette blijvend aangewend wordt om hen op deze manier toch enigszins wat beweging te bieden. Bij groepsactiviteiten voor alle bewoners, moet ik zeker beamen dat muziek aanzet tot bewegen. Bewoners deden vrolijk mee aan de zitdans, wiegden met hun armen bij het zingen van liedjes en stonden op de dansvloer bij optredens.

Sensorisch gebied: Tijdens mijn stage werd voor mij zeer duidelijk dat ik met muziek echt iemands aandacht kan trekken. Dit was vooral opvallend wanneer ik een lied zelf zong. Bewoners bleven me dan echt aankijken en leken aandachtiger te luisteren dan wanneer een opgenomen lied op cd of lp afspeelde. Ook de muziekinstrumenten kon bij velen de aandacht trekken vooral omwille van de verrassende klank. Ook tijdens optredens bleven sommige bewoners vaak langer op de activiteit dan anders. Of dit dan te maken had met de aangename sfeer of de mooie liedjes die hun aandacht trokken, laat ik buiten beschouwing.

Cognitieve gebied: Wat mij tijdens de individuele activiteiten opviel, was dat naarmate de activiteiten vorderden, de bewoners meer en meer liedjes begonnen mee te zingen. Ze leken de teksten van de liedjes steeds beter te kunnen oproepen. Bovendien waren er ook liedjes die herinneringen opriepen, waardoor de bewoners soms begonnen te vertellen over vroeger. Zo vertelde Charel telkens wanneer we "Daar bij die molen" zongen over hoe hij in zijn jeugd bij de molen van Herentals gespeeld heeft. Ook tijdens de groepsactiviteiten kwam regelmatig de doelstelling "het lange-termijngeheugen stimuleren" aanbod. Ondanks dat de bewoners te kampen hebben met ofwel ouderdomsvergeetachtigheid ofwel dementie, viel het op dat zij liedjesteksten en titels nog zeer goed kennen en dat zij ook moeite doen om deze teksten terug te kennen.

Intrapersoonlijk gebied: Aangezien muziek heel wat herinneringen kan oproepen is het evident dat muziek ook emoties oproept. Deze emoties zijn vaak gekoppeld aan herinneringen. Wanneer een bewoonster tijdens een activiteit tranen in haar ogen krijgt

van ontroering bij het horen van "Bedankt lieve ouders", hoeft dit volgens mij geen extra uitleg, maar is het duidelijk dat muziek emoties oproept. Zo verminderde het roepgedrag van Charel ook systematisch naargelang een activiteit vorderde. Hij kon echt opgaan in de muziek en het zingen. Bewoners vonden soms duidelijk een moment van rust en ontspanning.

Interpersoonlijk gebied: Dat muziek een goede activiteit is om in groep uit te voeren, kan ik zeker beamen. Samen met de bewoners heb ik heel wat plezierige momenten mogen meemaken. Wanneer er dan nog een volkslied of dorpslied werd gezongen, werd het groepsgevoel van de bewoners nog eens extra aangesterkt zoals dit het geval was wanneer alle bewoners "Oh mijn liefste Meerhout" zongen.

9.3 Cirkel 3: Handelingsgebieden

Dat muziek tot ontspanning kan leiden, was echt wel duidelijk tijdens mijn stage. Bewoners konden echt genieten van het horen en samen zingen van liedje. Dit waren momenten waarop ik aanvoelde dat ze zich echt konden ontspannen. Op de handelingsgebieden van zelfredzaamheid en productiviteit ben ik tijdens mijn stage niet echt ingegaan. Al kan de zitdans tijdens de groepsgym hier wel een kleine bijdrage geleverd hebben. Indien de bewoners de bewegingen tijdens de dans voldoende mee deden, werden hun motorische vaardigheden mede onderhouden. Hierdoor kunnen ADL activiteiten eventueel langer zelfstandig uitgevoerd worden.

9.4 Cirkel 4: Omgevingsfactoren

Afhankelijk van het genre muziek dat opstond tijdens de maaltijd, waren bewoners alerter. Wanneer er langere tijd relaxatiemuziek opstond, leken bewoners soms suf te worden. Sommigen dommelden zelfs in. Wanneer er echter vrolijke muziek opstond in de zithoek of tijdens de maaltijd, bleven bewoners veel alerter en verliep de maaltijd vlotter.

9.5 Het medium muziek versus ergotherapie

Ik ben van mening dat men als ergotherapeut zeker het medium muziek kan gebruiken aangezien bepaalde doelstellingen die een ergotherapeut stelt, rekeninghoudende met de mogelijkheden en beperkingen van de bewoner, zeker bereikt kunnen worden met muziek. Een plaat of cd vereisen geen specifieke vaardigheden om ze te kunnen gebruiken. Wie het aandurft om zijn stem te gebruiken zou hier zeker niet mogen twifelen om dit ook te doen, daar dit echt wel een positief effect heeft op bewoners. Anderzijds heb ik tijdens mijn stage wel het gevoel gehad dat mijn vaardigheden omtrent muziek beperkt waren. Hiermee bedoel ik dan dat ik niet opgeleid ben als muziektherapeut en dat een muziektherapeut toch duidelijk een bredere basis en meer vaardigheden heeft om met muziek aan de slag te gaan. Ik had het gevoel dat ik meer zou kunnen bereiken met muziek, maar dat dit niet mogelijk was omwille van mijn eigen beperkte kunnen wat muziek betreft. Een muziektherapeut zou op bepaalde reacties verder in kunnen gaan of meer en andere reacties uitlokken doordat hij een betere kennis heeft van klank, ritme, tempo, harmonie en bovendien beschikt over een bredere psychotherapeutische achtergrond.

10 VERDER ZETTEN MUZIEKACTIVITEITEN IN DE BERK

Om er voor te zorgen dat de muziekactiviteiten verder gezet worden in de toekomst, moeten de muziekactiviteiten in feite geïntegreerd worden in het R.V.T. Daar er op mijn stageplaats nog niet veel muziek in huis, moet er dus een gedragsverandering plaats vinden. Zowel bij de bewoners en hun familie als bij het personeel. In het kader van gedragsverandering heeft McGuire een stappenplan ontwikkeld, dat de nodige stappen in het veranderingsproces weergeeft. Omdat familie en personeel anders benaderd dienden te worden heb ik hierin een onderscheid gemaakt.

Het stappenplan van McGuire bestaat uit 6 stappen:

- Openstaan
- Begrijpen
- Willen
- Kunnen
- Doen
- Blijven doen

10.1 Openstaan

10.1.1 Openstaan volgens McGuire

Openstaan voor... is een eerste stap tot verandering.

10.1.1.1 Familie

Ook bij familie dient de boodschap minstens gedeeltelijk aan te sluiten bij hun visie wat betreft omgang met hun familielid, verwachtingen ten opzichte van verzorging en opvang van hun familielid,...Ook hier heeft het geen zin om informatie te geven als men er niet voor openstaat. Verder dient men er ook rekening mee te houden dat er andere factoren de oorzaak kunnen zijn waarom familie of de bewoner niet openstaat voor informatie: beperkte tijd, vermoeidheid, zorgen,...

10.1.1.2 Personeel

De boodschap die overgebracht wordt moet minstens gedeeltelijk aansluiten bij de opvattingen van de instelling, de ergotherapeut, animatie, verpleegkundigen,... om opgenomen te worden. Het heeft dus geen zin om informatie te geven als men er niet voor openstaat. Bovendien moet men er rekening mee houden dat ook andere factoren de oorzaak kunnen zijn waarom het personeel niet opstaat voor informatie: drukte in de ruimte, werkdruk, vermoeidheid, zorgen, ...

In beide gevallen kan men op een ander moment de boodschap trachten over te brengen.

10.1.2 Praktische toepassing: Openstaan

10.1.2.1 Familie

Omdat niet elk moment geschikt is om een boodschap over te brengen, heb ik bij de familieleden steeds uitgekeken naar een rustig moment waarop mijn informatie duidelijk overgebracht kon worden. Zo heb ik familieleden bijvoorbeeld aangesproken wanneer zij rustig bij de bewoner op de kamer op bezoek waren. Op deze manier konden zij rustig de gegeven informatie opnemen.

10.1.2.2 Personeel

Bij aanvang van mijn stage heb ik op alle afdelingen en verpleegposten affiches opgehangen waarop ik mezelf voorstel en wat ik in het rusthuis kom doen. Ik had de indruk dat het personeel redelijk enthousiast was. Zij kwamen dan ook spontaan vragen stellen.

10.2 Begrijpen

10.2.1 Begrijpen volgens McGuire

Het is belangrijk om na te gaan welke kennis iemand al heeft op gedaan over muziek en via welke bron, eventueel ook op welke manier. De kennis die zij al verworven hebben kan dan aangevuld, gecorrigeerd of genuanceerd worden. De betrokken partijen moeten weten hoe de muziek concreet kan gebruikt worden, wat de verschillende mogelijkheden zijn van muziek en wat de mogelijke effecten zijn van muziek.

10.2.2 Praktische toepassing: Begrijpen

10.2.2.1 Familie

Muziek is iets dat iedereen kent. De één heeft hier al iets mee voeling mee dan de andere, maar over het algemeen kan muziek iedereen wel op één of ander manier bekoren. Dit maakt ook dat mijn informatie gemakkelijk te begrijpen is.

Aan het begin van mijn stage heb ik een affiche opgehangen waarop ik mezelf voorstel en wat mijn bedoeling is. Hierdoor wisten mensen ook dat ze steeds vragen aan mij konden komen stellen. Wanneer een familielid een gesprek met mij aanging heb ik dan ook steeds enthousiast en uitgebreid hun vraag beantwoord en duidelijk gemaakt met welke doelen ik muziek aanwend in het rusthuis en bij de bewoner in kwestie.

10.2.2.2 Personeel

Wanneer het personeel vragen stelde heb ik steeds hun vragen met enthousiasme beantwoord. Verder heb ik ook uitleg gegeven aan diegenen die dit wensten omtrent de effecten van muziek op bewoners. Met de ergotherapeute van "De Berk" heb ik ook steeds mijn activiteiten geëvalueerd en opmerkelijke zaken heb ik steeds vermeld.

10.3 Willen

10.3.1 Willen volgens McGuire

Wil het personeel wel iets met muziek doen? Wil de familie wel dat er iets met muziek gedaan wordt bij de bewoners? Wil de bewoner zelf meedoen aan een muziekactiviteit? Zonder wil of bereidheid zal er van "doen" namelijk niets in huis komen. Er zijn drie factoren die aan de basis liggen van bereidheid of de motivatie om iets te doen: attitude, sociale invloed en de eigen effectiviteitverwachting. Deze 3 factoren vormen tot het ASE-model:

- **Attitude:** Men kan de motivatie beïnvloeden door de voor- en nadelen op een rijtje zetten zodat alle betrokkenen uit de doelgroep deze voor zichzelf kunnen afwegen.
- **Sociale omgeving:** Iemands gedrag wordt veelal beïnvloed door de anderen. Best zoekt men een manier om de sociale steun van de doelgroep te vergroten. Zo kan gemotiveerd personeel een steun zijn voor ander personeel en voor de bewoners en familie. Of andersom kunnen gemotiveerde bewoners een steun zijn voor personeel dat nog niet helemaal overtuigd is enz.
- **Eigen Effectiviteitverwachting:** Het is belangrijk dat de doelgroep zelf eens in contact komt met muziek, zodat ze ervaren wat het is. Men kan ervoor zorgen dat ze een succeservaring op kunnen doen. Familie kan men bijvoorbeeld overtuigen met een demonstratie. Wat personeel betreft ligt dit misschien iets moeilijker, daar elk personeelslid zelf een beeld heeft van wat hij of zij al dan niet kan. Dit beeld kan eventueel beïnvloed worden door het zien doen van anderen en de overtuigingskracht van anderen om het ook eens te proberen.

Wat de dementerende bewoners betreft zal het niet zo vanzelfsprekend zijn om te ontdekken of zij iets aan een muziekactiviteit kunnen hebben. Observatie is hier dus van groot belang! In begin zal men gebruik moeten maken van de trail and error methode om te ontdekken of de bewoner geïnteresseerd is. Men kan bijvoorbeeld in een gemeenschappelijke ruimte een muziekstuk opzetten en zo zien of er dementerende bewoners zijn die reageren. Dit reageren, moet gezien worden als iets kleins, bijvoorbeeld een hoofd dat opgericht wordt, een lach, mee brommen, een vinger die mee tikt op de tafelrand. Maar het zou even goed kunnen dat bepaalde bewoners minder positief op een muziekstuk reageren omdat ze erdoor geagiteerd geraken.

(Op de Beeck, 2004)

10.3.2 Praktische toepassing: Willen

10.3.2.1 Familie

Na een gesprek zijn de meeste familieleden vrij enthousiast, sommigen staan er ook voor open om zelf een muziekactiviteit te volgen.

10.3.2.2 Personeel

Het personeel zette regelmatig de radio op voor bewoners of een cd met muziek die de bewoners aanspreekt. Verder gaf de ergotherapeut mij ook de indruk dat ze de muziekactiviteiten verder wilde zetten en vroeg dan ook om gepaste muziek.

10.4 Kunnen en doen

10.4.1 Kunnen en doen volgens McGuire

10.4.1.1 Familie

Voor de bewoners is dit niet zo'n belangrijke stap, zij hoeven immers niets specifiek te kunnen om aan de muziekactiviteit deel te nemen. Zij beleven of ontvangen de muziek zonder dat zij hiervoor iets extra moeten kunnen dan gewoon zijn wie ze zijn. Ook de familie hoeft niets specifiek te kunnen. Indien gewenst kunnen zij betrokken worden bij de muziekactiviteiten. Hiervoor hoeven zij echter niet over specifieke vaardigheden te beschikken.

10.4.1.2 Personeel

Het personeel dat het middel muziek wil gebruiken om in contact te treden met dementerende bejaarden, moet afhankelijk van de manier waarop ze dit contact willen bereiken over een aantal vaardigheden beschikken. Als zij enkel willen werken met opnames van muziekstukken, is hier op zich niet meer voor nodig dan te weten hoe men de cd-speler bedient en een algemeen "warm" contact kunnen bieden tijdens het afspelen. Het is echter van belang dat men steeds doordacht handelt met de muziek, bijgevolg is het ook belangrijk dat het personeel weet welk soort muziek, welke emoties uitlokt, bij welke bewoner. Met emoties moet men steeds uiterst voorzichtig omspringen! Wanneer het personeel ook met instrumenten aan de slag wil, zijn er natuurlijk meer vaardigheden nodig! Voor sommige instrumenten moet men noten kunnen lezen, voor andere instrumenten is dit geen noodzaak. Wat lokt dit instrument ook bij die bewoner uit? Hoe snel of traag speel ik deze muziek,... Hoe weet ik of ik goed bezig ben? Als men van deze zaken op de hoogte is en men ze kan toepassen, is men klaar om de ernstig dementerende bewoner te benaderen met muziek.

(Op de Beeck, 2004)

10.4.2 Praktische toepassing: Kunnen en doen

10.4.2.1 Familie

De man van Mariette brengt een aantal platen mee waarvan hij weet dat zijn vrouw ze vroeger graag hoorde.

De familie van Charel was reeds overtuigd van het positieve effect van muziek op hun familielid. Zij hadden de verzorging verschillende muziekcassettes bezorgd voor de aanvang van mijn stage.

Leonie kreeg van haar familie met Kerstmis een radio-cd-speler cadeau.

In gesprekken reikten de meeste familieleden ook liedjes aan die hun moeder of vader vroeger zong of graag hoorde.

10.4.2.2 Personeel

Opdat de ergotherapeut de muziekactiviteiten verder zou kunnen zetten heb ik ook gezorgd dat zij het nodige materiaal voor handen had.

Opgenomen muziek: Ik heb voor elke bewoner die ik betrokken heb bij mijn eindwerk een cd gemaakt met de liedjes die zijn voorkeur genieten en een positief effect op de bewoner hebben. Verder heb ik ook twee cd's voorzien met accordeon- en orgelmuziek iets wat de meeste bewoners wel aanspreekt.

Instrumenten: Ik heb samen met een aantal bewoners een activiteit gedaan, waarbij we een aantal eenvoudige muziekinstrumenten hebben gemaakt waarvoor geen specifieke vaardigheden of notenkennis vereist is. Bovendien kunnen de instrumenten gemakkelijk door de bewoners gehanteerd worden. *Beschrijving van de activiteit: zie bijlage 2*

Groepsgym: tijdens de groepsgym kan een zitdans gedaan worden ook hiervoor heb ik een cd voorzien met hippe muziek die de bewoners toch mee kunnen zingen. Eventueel kunnen de bewegingen ook afgestemd worden op de tekst.

10.5 Blijven doen

10.5.1 Blijven doen volgens McGuire

Eenmaal of kortdurend 'nieuw gedrag' uitvoeren, wil niet zeggen dat men dit ook zal volhouden! De laatste stap in het proces blijkt vaak de moeilijkste. Er zijn een aantal factoren die invloed hebben op het vermogen om vol te houden:

- **Feedback:** Wat ging goed? Wat ging niet goed? Wat zijn de voor- en nadelen van het nieuwe gedrag? Wat zijn de redenen om vol te houden? Het is belangrijk dat er voldoende positieve feedback gegeven wordt.
- **Confrontatie met risicosituaties:** Sommige situaties lokken het oude gedrag opnieuw uit. Het is belangrijk te weten welke situaties een terugval in de hand werken zodat hier eventueel een oplossing voor gevonden kan worden. Bovendien kan men dit ook bespreken in het team.
- **De reactie op een terugval:** De manier waarop iemand reageert op een terug val is van groot belang. Men kan positief reageren ("volgende keer beter, niet alles in één keer willen") of men kan negatief reageren("zie je wel dat ik het niet kan"). Het spreekt voor zich dat deze twee manieren van reageren een heel andere invloed hebben op het vermogen om vol te houden.
- **Follow-up:** Om het nieuwe gedrag in stand te houden is het goed om regelmatig te evalueren, desnoods telefonisch.

Natuurlijk wordt het blijven doen in een instelling ook voor een groot deel bepaald door de directie. Wanneer de directie haar medewerking biedt is het al heel wat minder moeilijk om het nieuwe gedrag vol te houden.

(Op de Beeck, 2004)

10.5.2 Praktische toepassing: Blijven doen

10.5.2.1 Familie

Familieleden zullen misschien wel eens de radio opzetten voor de bewoner of misschien zelfs een cassette, maar ik verwacht echter niet dat de familieleden zelf samen met de bewoner zijn favoriete muziek zullen gaan beluisteren om hem bijvoorbeeld ontspanning te bieden of af te leiden van pijn.

10.5.2.2 Personeel

Ik heb reeds telefonisch contact opgenomen met de stageplaats hierdoor weet ik dat bij Charel nog regelmatig muziekactiviteiten worden gedaan en dat de zitdans nog regelmatig wordt gedanst tijdens de groepsgym.

10.6 Besluit

Het is duidelijk dat iets nieuws integreren in een instelling niet zomaar vanzelfsprekend is. Er dienen heel wat stappen doorlopen te worden en bovendien beïnvloeden een heel aantal factoren het proces van integratie. Het stappenplan van McGuire was voor mij een duidelijke leidraad om ervoor te zorgen dat muziek een blijvende plaats kreeg als ergotherapeutisch medium binnen "De Berk".

ALGEMEEN BESLUIT

Muziek heeft een positieve invloed op zowel cognitief, emotioneel, sociaal als motorisch niveau. Muziek draagt dus bij tot de kwaliteit van het leven. Zowel individueel als in groep heeft muziek een positief effect en kan het gebruikt worden als contactmedium.

De muziekactiviteiten die ik in kleine groep aangeboden heb, waren zeker efficiënt om informatie te verzamelen omtrent de individuele muzikale voorkeur van bewoners. Hieruit bleek duidelijk dat accordeon- en orgelmuziek samen met de oude klassiekers nog steeds de voorkeur genieten van dementerende ouderen. De individuele muziekactiviteiten waren zeker geslaagd. Hierbij ondervond ik dat ik met muziek individuele doelstellingen kon bereiken zoals het inhiberen van roepgedrag, het afleiden van pijn, het verminderen van angst en dergelijke meer. Door aan deze doelstellingen te werken met de bewoners, groeide de vertrouwensband en kwam ik op sommige momenten tot een aangenaam contact met de bewoner in kwestie. Tijdens deze activiteiten viel het vooral op dat zelf gezongen liedjes het meest geschikt zijn om de aandacht van de bewoner te trekken en contact te maken met de bewoner. Accordeon-, orgelmuziek en de oude klassiekers waren ook werkzaam. Relaxatiemuziek zorgde eveneens voor een ontspannende sfeer. Wat het gebruik van muziekinstrumenten betreft, moet ik zeggen dat dit niet zo'n succes was. Ik denk echter wel dat dit te maken heeft met mijn eigen beperkte kunnen op dit gebied. De activiteiten in grote groep, waar alle bewoners bij betrokken werden, waren zeker geslaagd. Er was steeds een aangenaam groepsgevoel aanwezig tijdens de activiteiten. Verder was het duidelijk dat de bewoners echt van de activiteiten konden genieten. Vooral het samen zingen en dansen bezorgde hen heel wat plezierige momenten.

Wanneer ik muziek als ergotherapeutisch medium bekijk dan kan ik zeggen dat de ergotherapeutische doelstellingen zeker mede bereikt kunnen worden door middel van muziek, maar dat muziek zeker niet het enige middel is dat men als ergotherapeut dient aan te wenden. Ik merk dat ik als ergotherapeut en als persoon beperkt ben in mijn kunnen. Een muziektherapeut had waarschijnlijk verder kunnen gaan in zijn interventies. Ondanks deze beperking wil ik toch pleiten voor het gebruik van muziek als medium bij ouderen daar muziek duidelijk positieve effecten heeft op bejaarden en een ingangspoort kan bieden bij het contact met dementerende ouderen.

LITERATUURLIJST

Abrahams, J. (). *Meerwaarde van een muziekgroep voor dementerenden*.
Gevonden op 23 juli 2006 op het internet: <http://www.bejaardenzorg-ght.be/files/kennis/Gepubliceerde%20artikels/muziek.htm>

Boersen, M., Nieuwenhuijzen, N. (1997). *Waar woorden tekort schieten: Leidraad Psychogeriatric*. Houtem: Bohn Stafleu Van Loghum

Chavatte, S. (2001). *Een vergelijkend onderzoek naar het gebruik van het medium muziek bij matig, ernstig en diep mentaal gehandicapten, al dan niet met een meervoudige handicap*. Katholieke Hogeschool voor Gezondheidszorg Oost-Vlaanderen.

Expertisecentra Dementie Vlaanderen. (2006) *dementieel syndroom*
Gevonden op 25 oktober 2006 op het internet: <http://www.dementie.be>

Jansen, G., Van Uytsel, A. (2005). *Geriatric*. Onuitgegeven nota's bij een cursus voor het tweede jaar ergotherapie, Katholieke Hogeschool Kempen, Departement Gezondheidszorg en Chemie Geel.

Kinébanian, A., Thomas, C. (Red.). (1998). *Grondslagen van de ergotherapie*. Maarssen: Elsevier/De Tijdstroom.

Meersman, A. (2003). *Waar muziek de ziel ontmoet*. Onuitgegeven scriptie, Hogeschool Zuyd, Faculteit Gedrag en Maatschappij.

Novartis Pharma Nederland. (2004). *Ziekte van Alzheimer*
Gevonden op 25 oktober 2006 op het internet:
<http://www.novartis.nl/aandoeningen/alzheimer.shtml?highLightLeft=30>

Music Therapy Association of British Columbia. (2006). *Geriatric care: Music Therapy in Geriatric Care*. Gevonden op 19 augustus 2006 op het internet:
<http://mtabc.com/examples/geriatrics.htm>

Op de Beeck, B. (2004). *Fysische Revalidatie: Patiëntenvoorlichting: Gedragsbeïnvloeding*. Onuitgegeven nota's bij een cursus voor het eerste jaar van de opleiding Ergotherapie, Katholieke Hogeschool Kempen, Departement Gezondheidszorg & Chemie Geel.

Stichtingmuziektherapie. (1999). *Definitie muziektherapie*
Gevonden op 2 november 2006 op het internet: www.stichtingmuziektherapie.nl

Van Dale Lexicografie. (2006). *Online woordenboek*.
Gevonden op 2 november 2006 op het internet:
<http://www.vandale.nl/opzoeken/woordenboek/?zoekwoord=muziek>

Verdult, R. (1993). *Dement worden: kindertijd in beeld*. Baarn: Intro.

Verdult, R., Stroecken, G. (1997). *Ontmoeten door muziek*. In R. Verdult. (Red.). *Contact in nabijheid: snoezlen met ernstig dementerenden* (pp. 123-124). Leuven: Acco

Wigram, T., De Backer, J. (Eds.). (1999). *Clinical applications of music therapy in psychiatry*. London: Jessica Kingsley Publishers.

Wikipedia. (2006). *Muziek*.
Gevonden op 2 november 2006: <http://nl.wikipedia.org/wiki/Muziek>

Zantopp,J.(2002)*Muziektherapie*

Gevonden op 25 oktober 2006 op het internet: <http://www.zantopp.nl/mtbijouderen/index.html>

BIJLAGEN

BIJLAGE 1 BEWEGINGEN ZITDANS

1e instrumentale deel: Klappen

Start = refrein: eerst rechter arm:

- 4 tellen 1 vinger naar voor steken (elke tel naar voor brengen)
- 4 tellen met geplooide arm en vuist doen alsof je aan fluit van een trein trekt (elke tel trekken)
- 4 tellen 2 vingers naar voor steken (elke tel naar voor brengen)
- 4 tellen met geplooide arm en vuist doen alsof je aan fluit van een trein trekt (elke tel trekken)
- 4 tellen 3 vingers naar voor steken (elke tel naar voor brengen)
- 4 tellen een halve cirkel maken, vertrekkende met rechter hand aan linker schouder.
- 4 tellen rust

Hetzelfde maar dan met onze linker arm.

Tussenstuk: tringelingeling

Iedereen geeft handen en wiegt heen en weer tot aan: "'t is daarom dat ik zing".

Storfe:

- 4 tellen met rechtervoet opzij stappen
- 4 tellen met linkervoet opzij stappen
- 4 tellen met rechtervoet schuin naar voor stappen
- 4 tellen met linkervoet schuin naar voor stappen
- 4 tellen met rechtervoet opzij stappen en met wijsvingers naar rechts wijzen
4 tellen met linkervoet opzij stappen en met wijsvingers naar links wijzen
- 4 tellen met rechtervoet schuin naar voor stappen en met wijsvingers in zelfde richting wijzen.
- 4 tellen met linkervoet schuin naar voor stappen en met wijsvingers in de zelfde richting wijzen.
- 4 tellen rust.

Het geheel herhaalt zich steeds gedurende het lied.

Het lied eindigt met het tussenstuk, dus wanneer iedereen elkaars handen vast heeft.

BIJLAGE 2 KNUTSELEN VAN MUZIEKINSTRUMENTEN

Omschrijving van de activiteit:

Samen met een 5 bewoners maak ik een doos met een aantal zelfgemaakte muziekinstrumenten in, zodat de muziekinstrumenten in "De Berk" kunnen blijven en later eventueel gebruikt kunnen worden in muziekactiviteiten. Ik heb verschillende materialen voorzien die de bewoners kunnen gebruiken. Ik geef wel de instructies i.v.m. het soort instrument, maar de bewoners bepalen hoe het er uiteindelijk uit zal zien. Op de achtergrond staat muziek uit de tijd van toen op, wat zorgt voor een aangename sfeer.

Doelstellingen van de activiteit:

- De bewoners van "De Berk" hebben muziek instrumenten die ze na mijn stage kunnen blijven gebruiken.
- De deelnemers beleven een plezierige namiddag.
- De eigenwaarde van de deelnemers is gestegen.
- De fijn motorische vaardigheden van de bewoners worden geoefend.

Beginsituatie:

Ik nodig een aantal bewoners persoonlijk uit. De meeste bewoners kennen elkaar al langer, één bewoonster is nog maar sinds een tweetal weken in het rusthuis en kent dus nog niet erg veel mensen. De activiteit gaat door in de kiné- en ergoruimte. Alle bewoners zitten rond een tafel, waaraan ieder individueel aan zijn of haar opdracht kan werken.

Verloop en evaluatie van de activiteit:

In eerste instantie zijn de deelnemers een beetje onzeker. Ze vragen zich af of ze de opdrachten wel gaan kunnen. Na verloop van tijd ebt deze onzekerheid echter weg. Sommige bewoners werken heel zelfstandig, anderen zijn onzekerder. Degenen die onzeker zijn worden echter onmiddellijk geholpen door de andere bewoners. Dit leidt ertoe dat iedereen eigenlijk een mooi resultaat verkrijgt. De bewoners vinden het dan ook geweldig wanneer ze eerst over een opdracht twijfelen en er daarna toch in blijken te slagen. Zo is een bewoonster er in eerste instantie echt van overtuigd dat ze de belletjes niet meer op de elastiek zal kunnen naaien. Wanneer ze toch aan de opdracht begint, heeft ze eigenlijk vrij snel alle belletjes op de elastiek genaaid en zit ze ermee te zwaaien. Ook het kleuren van de mandala's om de doos te versieren, vinden de bewoners leuk. Ze werken hier met grote precisie aan. Het resultaat is dus echt wel mooi, maar ook de sfeer tijdens de activiteit is erg aangenaam. Er wordt gepraat over vroeger, mee gezongen met de muziek,... Kortom het is een aangename namiddag. Tot slot proberen we de instrumenten die we gemaakt hebben ook uit. Iedereen doet mee op iets dat hij zelf gemaakt heeft. De bewoners zijn duidelijk tevreden.

Instrumenten die we gemaakt hebben:

- Regenbuis: kartonnen buis met nagels en gedroogde erwten
- Schudeitjes: filmrolletjes met vogelzaad
- Elastieken armband met belletjes
- Schudblik met kroonkurkjes
- Schudblik met macaroni
- Schudflesje met erwten en rijst
- Trommel: emmer met deksel
- Waterorgel: 5 dezelfde wijnflessen tot op een verschillende hoogte gevuld met water.
- Tamboerijn: 2 plasticbordjes met daarin geplette kroonkurkjes.