

Student: Louise Körmöczi

Promotor: Ingeborg Willem, Matthea Belis

Academiejaar 2012- 2013

Bachelor in de Orthopedagogie: Algemene Orthopedagogie

Vrolijke vrienden, dat zijn wij!

Ouderen in een Woonzorgcentrum maken
samen muziek in groep met het oog op
levenskwaliteit en plezier beleven

Student: Louise Körmöczi

Promotor: Ingeborg Willem, Matthea Belis

Academiejaar 2012- 2013

Bachelor in de Orthopedagogie: Algemene Orthopedagogie

Vrolijke vrienden, dat zijn wij!

Ouderen in een Woonzorgcentrum maken
samen muziek in groep met het oog op
levenskwaliteit en plezier beleven

VOORWOORD

Graag vermeld ik in mijn voorwoord hoe ik terugblik op dit gehele proces van de wekelijkse muziekgroepen en het optreden. Bovendien wens ik enkele mensen in het bijzonder te bedanken.

Ik merk een groot verschil tussen de eerste en de laatste muziekgroepen. Het is voor mij een zeer leerrijk proces geweest. Ik leerde muziek in groep begeleiden, overwon mijn schaamte om te zingen. Ik vind dat er nog steeds een verschil is tussen een muziekinstrument kunnen spelen en dit gebruiken om een muziekgroep te (be)geleiden. Hier heb ik een klik gemaakt. Het kostte me veel blaren op mijn vingers door de liedjes bijna dagelijks te oefenen op mijn gitaar. Ik groeide, samen met de deelnemers, tot de hechte muziekgroep 'Scheldeghalm', wat resulteerde in een schitterend optreden in de voorlaatste week van mijn stageperiode. De muziekgroepen, de voorbereidingen en het optreden gaven mij een boost. Tijdens elke muziekgroep was er op tijd en stond plaats voor een grapje met de deelnemers.

Mijn bachelorproef zou nooit tot stand gekomen zijn zonder mijn promotor Inge Willem. Ik bedank haar voor de gegeven feedback, praktische tips en de steun. Mijn vervangpromotor, Matthea Belis, bedank ik voor de constructieve feedback bij de laatste loodjes.

Ook wens ik mijn stageplaats, mijn mentor en collega's te bedanken, omdat ik van hen wekelijks de kans kreeg om mijn droom waar te maken, namelijk het samen muziek maken in een groep van ouderen. Zoals Martin Luther King zei: "I have a dream!" (Estate of Dr. Martin Luther King, Jr, s.d., online), zo heb ik mijn droom op deze wijze kunnen waarmaken. Een jaar geleden had ik nooit durven denken dat ik mijn droom zou kunnen realiseren.

Ik wil zeker de ouderen van het Woonzorgcentrum ¹ die deelnamen aan de muziekgroepen en het muziekoptreden bedanken. Zonder hen zouden de muziekgroepen nooit tot stand gekomen zijn. Ik geniet nu nog van hun enthousiasme, hun humor en hun muzikale talenten. Uit dit alles putte ik kracht om wekelijks door te gaan met de muziekgroepen en het muziekoptreden.

De positieve reacties in de gangen van het WZC gaven nog een extra motivatie. Ook wens ik de gastheer te bedanken om die dag samen muziek te spelen in de muziekgroep en het opzet van deze muziekgroepen verder te zetten vanaf januari 2013.

Van mijn familie kreeg ik veel steun en enkelen van hen lazen deze bachelorproef verschillende malen na op tikfouten.

Mijn computer wil ik een pluim geven, omdat ik hier vele uren achter getypt heb en hij toch al redelijk oud is.

En, zeker niet te vergeten, bedank ik mijn gitaar om te blijven leven na de vele oefen- en muziek sessies.

¹ WZC

INHOUDSOPGAVE

INLEIDING	3
1 VROLIJKE VRIENDEN	6
1.1 INLEIDING	6
1.2 VIJFFASENPLAN	6
1.2.1 <i>Beginsituatie (voor wie?, doelgroepanalyse)</i>	6
1.2.2 <i>Doelformulering (wat wil ik/de deelnemer?)</i>	8
1.2.2.1 Agogische doelen en Werkdoelen:.....	8
1.2.3 <i>Strategiebepaling</i>	8
1.2.3.1 Instrumenteel- technisch.....	8
1.2.3.2 Agogisch	10
1.2.3.3 Praktische voorbereiding	10
1.2.4 <i>Uitvoering</i>	10
1.2.5 <i>Evaluatie</i>	11
1.3 BESLUIT.....	13
2 DAAR BIJ DIE MOLEN.....	15
2.1 INLEIDING	15
2.2 VIJFFASENPLAN	15
2.2.1 <i>Beginsituatie (voor wie?, doelgroepanalyse)</i>	15
2.2.2 <i>Doelformulering (wat wil ik/de deelnemer?)</i>	16
2.2.2.1 Agogische doelen en Werkdoelen:.....	16
2.2.3 <i>Strategiebepaling</i>	17
2.2.3.1 Instrumenteel- technisch.....	17
2.2.3.2 Agogisch	18
2.2.3.3 Praktische voorbereiding	18
2.2.4 <i>Uitvoering</i>	18
2.2.5 <i>Evaluatie</i>	20
2.3 BESLUIT.....	22
3 DAAR BIJ DIE MOLEN: BIS.....	23
3.1 INLEIDING	23
3.2 VIJFFASENPLAN	23
3.2.1 <i>Voorstelling bewoners</i>	24
3.2.2 <i>Doelformulering (wat wil ik/de deelnemer?)</i>	25
3.2.2.1 Agogische doelen en Werkdoelen:.....	25
3.2.3 <i>Strategiebepaling</i>	25
3.2.3.1 Instrumenteel- technisch.....	25
3.2.3.2 Agogisch+ begeleidingshouding.....	26
3.2.3.3 Praktische voorbereiding	27
3.2.4 <i>Uitvoering</i>	27
3.2.5 <i>Evaluatie</i>	28
3.3 BESLUIT.....	29
4 DE LICHTJES VAN DE SCHELDE.....	30
4.1 INLEIDING	30
4.2 MUZIEKINSTRUMENTEN.....	30
4.2.1 <i>Gebruikte muziekinstrumenten</i>	30
4.2.2 <i>Appelwaarden vanuit de muziekinstrumenten</i>	31
4.2.2.1 Sensopatische appels	31
4.2.2.2 Dimensionele appels.....	31
4.2.2.3 Thematische appels	32
4.3 INDELING VAN DE VIERDE MUZIEKGROEP	32
4.3.1 <i>Instrumenteel- technisch</i>	32
4.4 UITVOERING VAN VIERDE MUZIEKGROEP	32
4.5 EVALUATIE (PRODUCT- EN PROCES)	33
4.6 BESLUIT.....	34

5	HET KLEINE CAFÉ AAN DE HAVEN	35
5.1	INLEIDING	35
5.2	LEVENSQUALITEIT: TOEGEPAST OP DE MUZIEKGROEP(EN) EN DE STAGEPLAATS.....	35
5.2.1	<i>Emotioneel welbevinden</i>	36
5.2.2	<i>Interpersoonlijke relaties</i>	36
5.2.3	<i>Materieel welbevinden</i>	36
5.2.4	<i>Fysiek welbevinden</i>	36
5.2.5	<i>Persoonlijke ontwikkeling</i>	37
5.2.6	<i>Zelfbepaling</i>	37
5.2.7	<i>Deelname aan de samenleving</i>	37
5.2.8	<i>Rechten</i>	37
5.3	HOE VERLIEP DE VIJFDE MUZIEKGROEP?	37
5.4	BESLUIT.....	39
6	OPTREDEN VAN DE MUZIEKGROEP SCHELDEGHALM	40
6.1	INLEIDING	40
6.2	VOORBEREIDING(EN).....	40
6.2.1	<i>Activiteitenkalender: bespreking in het team</i>	40
6.2.2	<i>Zeven wekelijkse muziekgroepen</i>	41
6.2.2.1	Functies van drama.....	41
6.2.2.2	Enkele deelnemers die afvielen.....	41
6.2.2.3	Meest bespeelde muziekinstrumenten	41
6.2.2.4	Zoektocht naar liedjes voor muziekgroepen	42
6.2.3	<i>Zesde muziekgroep</i>	42
6.2.4	<i>Maken van collage</i>	42
6.2.5	<i>Samenwerking met gastheer</i>	43
6.2.5.1	Gesprek met gastheer: opvolging muziekgroep?.....	43
6.2.5.2	Hoe verliep de eenmalige samenwerking?	43
6.2.6	<i>Link met actie 'Music For Life' van Studio Brussel</i>	43
6.2.7	<i>Zevende en laatste muziekgroep</i>	44
6.2.8	<i>Generale repetitie</i>	44
6.3	UITVOERING VAN HET OPTREDEN	44
6.4	EVALUATIE (PRODUCT- EN PROCES)	47
6.5	BESLUIT VAN HET OPTREDEN.....	47
	BESLUIT	48
	BIBLIOGRAFIE.....	51
	BIJLAGEN	1

INLEIDING

Ik richt, in het kader van mijn bachelorproef, een muziekgroep op met ouderen in een Woonzorgcentrum. Ik ga ervan uit dat iedereen creatief is, maar dat dit niet steeds tot uiting komt. Deze muziekgroep bestaat uit een heterogene groep, zowel personen met als zonder dementie. Dit deed ik bewust met het oog op het betrekken van personen met dementie bij andere bewoners van het WZC, op voorwaarde dat dit aangenaam blijft voor beide partijen. Op die manier krijgen de personen met dementie de kans om muziek te beleven met de anderen.

Ik ben zelf enorm geïnteresseerd in muziek en alles wat erbij komt kijken. Ik speel akoestische en elektrische gitaar aan de hand van akkoorden, dus zonder gebruik te maken van noten. Ik maak tevens muziek met het keyboard en de djembé. Thuis heb ik een mengpaneel staan. Ik beschik over een grote verzameling cd's en vinylplaten, voornamelijk uit de jaren '60 en '70.

Door mijn interesse in muziek kwam ik samen met de stageplaats op het idee om iets uit te werken rond het thema 'muziek'. Ik wilde actief muziek maken en bijvoorbeeld geen gebruik maken van cd's waar de deelnemers naar konden luisteren. In mijn ogen is er meer groepsinteractie tijdens het actief muziek maken in groep in plaats van naar cd's te luisteren. Vervolgens ben ik mij meer gaan verdiepen in het genre muziek van deze doelgroep en zo ging ik op zoek naar de manier waarop ik samen met de bewoners muziek kon maken. Tijdens kamerbezoeken bevroeg ik de bewoners of ze geïnteresseerd waren in muziek en of ze actief muziek wilden maken in groep. Ik besloot om met mijn gitaar een groepje van bewoners te begeleiden. Gedurende de eerste weken van mijn stage ging ik na, op verschillende manieren, welke liedjes ik zou gebruiken voor de wekelijkse muziekgroepen want iedereen heeft zijn eigen muzikale voorkeur. Ik koos voor liedjes die de meeste bewoners kennen en graag zouden zingen. Dit deed ik door de liedjes te beluisteren en te bekijken of ze met de gitaar konden begeleid worden aan de hand van akkoorden.

In deze wekelijkse muziekgroepen hield ik volgende drie (hoofd)doelstellingen voor ogen:

- ouderen in een WZC de ervaring meegeven dat muziek maken leuk is
- ouderen in een WZC activeren door middel van muziek
- ouderen in een WZC laten ervaren hoe het voelt om een instrument te bespelen

Om een antwoord te kunnen vinden op de doelstellingen, stel ik onderstaande deelvragen:

1. Op welke manier kunnen ouderen in een WZC deel uitmaken van een muziekgroep?
2. Wat betekent muziek maken in de muziekgroep voor de deelnemers?
3. Muziek maken kan niet zonder instrumenten. Welk gevoel krijgt de deelnemer bij het bespelen van een instrument?
4. Op welke manier heeft de muziekgroep een meerwaarde voor de stageplaats en de bewoners?

Ik hield in mijn achterhoofd om de deelnemers opnieuw muziek te laten maken zoals ze vroeger deden. Zo hoop ik mijn doelen te bereiken, onder andere 'muziekplezier geeft leefplezier'. Deze wekelijkse muziekgroepen begeleid ik aan de hand van mijn gitaar, mijn stem, een microfoon en andere muziekinstrumenten. Op deze manier maak ik een bachelorproef die me nauw aan het hart ligt. Door de muziekgroepen te begeleiden met mijn gitaar vertegenwoordig ik 'het aanstekelijke voorbeeld' (ter Horst, 2006, p. 62, 66- 69) voor de deelnemers. Ik hou deze muziekgroepen bewust laagdrempelig, zo kan iedereen hieraan deelnemen, het plezier maken staat immers voorop. De wekelijkse muziekgroepen gingen door op mijn stageplaats: Woonzorgcentrum Scheldevelde. Hier wonen ouderen van 65+ die om verschillende redenen niet meer thuis kunnen wonen. Sommigen hebben bijvoorbeeld medische verzorging nodig, hebben een vorm van dementie of zoeken het

nodige gezelschap in een WZC. Het animatieteam organiseert tal van activiteiten op maat van de doelgroep en zorgt voor een zinvolle invulling van hun vrije tijd. Dit heeft voor gevolg dat de deelnemers hun sociale contacten onderhouden, dit met het oog op hun zelfredzaamheid.

Tijdens de wekelijkse muziekgroepen observeer ik of dit plezierig blijft voor de deelnemers, wat bijdraagt aan hun levenskwaliteit. Hierdoor hou ik volgende vraagstelling in mijn achterhoofd : “Op welke wijze kan het creëren van muziek de levenskwaliteit van ouderen in een Woonzorgcentrum (WZC) verhogen?”

Gedurende het samen muziek maken en begeleiden van de muziekgroepen observeer ik of elke deelnemer plezier beleeft en kijk ik na wat de interacties zijn tussen de groepsleden. Ik evalueer elke muziekgroep en stem deze telkens af op de noden van de deelnemers. Dit doe ik aan de hand van het ‘Vijffasenplan’ (Pauwels, 2009, p. 12- 18).

Elk hoofdstuk in deze bachelorproef bevat de nodige reflecties, die ik link aan theorieën van o.a. ter Horst, Behrend, Pauwels, Van Hove, V., Feil, ‘De Roos van Leary’, de organisatie ‘De Metronoom’. Een korte inleiding en een kort besluit komen aan bod in elk hoofdstuk.

De eerste vijf hoofdstukken zijn genoemd naar de liedjes die ik gebruikte in die bepaalde muziekgroep. Het eerste hoofdstuk draagt de titel ‘Vrolijke Vrienden’. Dit is ons lijflied en we spelen dit wekelijks. Het eerste hoofdstuk is een toepassing van het ‘Vijffasenplan’ (Pauwels, 2009, p. 12- 18), waarin ik de Beginsituatie, Doelformulering (bijvoorbeeld sociale contacten onderhouden), Strategiebepaling (hoe ga je tewerk), Uitvoering en Evaluatie (zowel product als proces) beschrijf. In de Beginsituatie maak ik een beschrijving van het WZC en de doelgroep. Na de muziekgroep ga ik na hoe deze is verlopen en stel ik een evaluatie op voor mezelf. Dit is ook het geval bij het tweede hoofdstuk, ‘Daar bij die Molen’ genaamd, met een gelijkaardige indeling als het eerste hoofdstuk.

Het derde hoofdstuk kreeg de titel ‘Daar bij die Molen: bis’ omdat ik opnieuw gebruik maak van dit liedje, maar hierbij ben ik de samenwerking aangegaan met een gastheer die piano speelt. In dit hoofdstuk sta ik langer stil bij mijn begeleidingshouding aan de hand van ‘De Roos van Leary’ (Behrend, 2012, p. 85- 91). Ook stel ik hier de deelnemers van de muziekgroep voor. Naarmate de hoofdstukken vorderen, stap ik meer en meer af van het ‘Vijffasenplan’ (Pauwels, 2009, p. 12- 18). Dit omdat dit plan bij de eerste muziekgroepen de nodige structuur en houvast gaf, maar naar het einde toe niet meer nodig was.

Het vierde hoofdstuk heet ‘De Lichtjes van De Schelde’ waarin ik meer de nadruk leg op de muziekinstrumenten die de deelnemers gebruikten en de verschillende appels die deze instrumenten losmaakten bij de deelnemers (Behrend, 2012, p. 41- 45). Er zijn drie soorten appels, namelijk: sensopatische, dimensionele en thematische appels. Van deze muziekgroep stel ik opnieuw een Voorbereiding, Uitvoering en nadien een Evaluatie op.

Het vijfde hoofdstuk, dat als titel draagt ‘Het Kleine Café aan De Haven’, pas ik kort toe op de theorie van Schalock (Van Hove, V., 2007, p. 30- 64). Deze theorie haalt aan dat acht levensdomeinen moeten bereikt zijn alvorens te kunnen spreken over een ‘kwaliteit van leven’. Het gaat over de domeinen: emotioneel welbevinden, interpersoonlijke relaties, materieel welbevinden, fysiek welbevinden, persoonlijke ontwikkeling, zelfbepaling, deelname aan de samenleving en rechten. Deze acht levensdomeinen pas ik toe op de muziekgroep(en) en op de visie van de stageplaats. Ik stel mezelf ook de vraag hoe deze muziekgroep verliep met het oog op de volgende twee muziekgroepen, waarin we de liedjes herhalen voor ons optreden.

Het zesde en tevens laatste hoofdstuk heeft als titel ‘Optreden van de muziekgroep Scheldegalm’. Hierin beschrijf ik hoe we ons optreden hebben voorbereid en hoe het optreden verliep. Zo is elke wekelijkse muziekgroep een voorbereiding geweest. Tijdens de muziekgroepen vielen enkele deelnemers af. Ik maak een toepassing van de functies van drama (Pauwels, 2009, p. 10) op de muziekgroepen en het optreden. Ik beschrijf welke instrumen-

ten het meest bespeeld werden en hoe ik concreet de liedjes bepaalde voor de muziekgroepen. Ook maakte ik de nodige afspraken met het team en probeerde ik tijdens de zesde muziekgroep de opstelling van het optreden concreet uit met 'Scheldeghalm', aangezien we dan op de locatie repeteerden waar het optreden zou plaats vinden.

Ik maakte een collage met foto's van de deelnemers om elk personeel- en familielid van het WZC Scheldevelde uit te nodigen voor ons optreden. Mijn project zal verder gezet worden door de gastheer, die ook aan bod komt in het derde hoofdstuk 'Daar Bij Die Molen: bis'. Ik maakte met hem de nodige afspraken. Ik beschrijf kort hoe de zevende en laatste muziekgroep verliep. Gedurende de voorbereiding van de zevende muziekgroep kwam de radiozender Studio Brussel in de media met een project waarin personen met dementie samen zongen. Ik maak een link met dit project, dat kadert in het jaarlijks evenement van 'Music For Life'. De dag voor het optreden van onze muziekgroep houden we een generale repetitie om iedereen een gerust gevoel te geven. Ook doe ik in dit laatste hoofdstuk uit de doeken hoe het optreden is verlopen en stel ik een evaluatie op voor de toekomst.

1 VROLIJKE VRIENDEN

1.1 INLEIDING

Bij het opstarten van de allereerste muziekgroep maak ik gebruik van het liedje 'Vrolijke Vrienden'. Dit liedje wordt ons lijflied omdat het heel herkenbaar is. Dit liedje is gekend door alle deelnemers. Ik maak muziek met ouderen in het Woonzorgcentrum, waarbij het maken van muziek hen plezier geeft, wat tevens voor een verhoging van de levenskwaliteit zorgt. Op deze manier vullen ze hun vrije tijd zinvol in. Ook doe ik een beroep op hun muzikale en creatieve talenten, namelijk zingen en het maken van muziek met instrumenten. Er zijn bewoners die vroeger veel gezongen hebben of een instrument bespeeld hebben. Ik maak gebruik van muziekinstrumenten die gemakkelijk te bespelen en dus laagdrempelig zijn. Voor meer uitleg rond de muziekinstrumenten verwijs ik naar hoofdstuk 4 'De Lichtjes van De Schelde'. De muziekgroep leid ik aan de hand van mijn gitaar, mijn stem en een microfoon. De bewoners zingen in deze sessie mee met het refrein. Ook bespelen ze een muziekinstrument op mijn teken, bijvoorbeeld twee ritmestokjes op elkaar slaan.

Voor de eerste muziekgroep maak ik gebruik van het 'Vijffasenplan' (Pauwels, 2009, p. 12-18) en linken met theorieën o.a. ter Horst. Op die manier kan ik deze muziekbijeenkomst gestructureerd voorbereiden aan de hand van het 'Vijffasenplan'. Dit plan omvat voor aanvang van de eerste muziekbijeenkomst de Beginsituatie (doelgroepanalyse, waarin de deelnemers algemeen besproken worden). Vervolgens komt de Doelformulering aan bod, waarin ik volgende doelen voorop stel: Ontspanning, Vorming en Educatie, Zelfzorg en Arbeid. De uitwerking van deze doelen komt aan bod in de Doelformulering in het volgende onderdeel.

Het plan omvat ook een Strategiebepaling, waarin de opbouw van mijn eerste muziekgroep aan bod komt (zie Instrumenteel- technisch). Het agogische deel van de Strategiebepaling behandelt hoe ik deze activiteit aanpak als begeleider. De Strategiebepaling bestaat ook uit een praktische voorbereiding, waarin ik beschrijf hoe ik de voorbereidingen getroffen heb t.o.v. de deelnemers, benodigdheden, de ruimte, de organisatie.

Na de muziekbijeenkomst beschrijf ik hoe de Uitvoering concreet verliep en maak ik een product- en procesevaluatie op. Hierin beschrijf ik o.a. wat goed en minder goed liep en welke werkpunten ik hanteer voor de volgende muziekbijeenkomst.

1.2 VIJFFASENPLAN

1.2.1 *Beginsituatie (voor wie?, doelgroepanalyse)*

In het WZC wonen mensen, ouder dan 65, die om verschillende redenen niet meer thuis kunnen wonen. Het kan zowel gaan over personen die veel medische verzorging en opvolging nodig hebben, personen met een vorm van dementie, als personen die om andere redenen in het WZC begeleid worden, bijvoorbeeld die het nodige gezelschap opzoeken. Het zijn voornamelijk personen uit de buurt die er wonen, die krijgen voorrang tot begeleiding. De gesloten afdeling, waar personen met dementie wonen, werkt met een leefgroep.

Voor beide afdelingen worden er tijdens de week animatieactiviteiten voorzien, zodanig dat de vrije tijd van de bewoners zinvol ingevuld wordt. Ik liep stage in het animatieteam, waar ik tal van activiteiten opstelde, zowel voor de gesloten afdeling, als voor de beneden verdieping. Het animatieteam verzorgt het grootste deel van de activiteiten, op vrijdag zorgt de kinesist voor een activiteit in de namiddag. Voor de beneden afdeling zijn er zowel in de voor- als namiddag activiteiten voorzien. Enkele voorbeelden hiervan zijn: het fotomoment waar foto's van De Pinte en omstreken getoond worden, turnen, de kookactiviteiten waarin de deelnemers zoveel mogelijk zelf klaarmaken, op uitstap gaan naar de markt in Deinze in

samenwerking met vrijwilligers, de kaartnamiddag, demonstratie van een dansgroep in stijldansen, de Wii-sport, bewegen op muziek, het fotomemoriespel,... Voor de gesloten afdeling (op de bovenverdieping) worden er in de namiddag activiteiten voorzien, bijvoorbeeld schilderen van Sinterklaas- en Zwarte Piet tekening, bewegingsoefeningen zoals vloerarts, de voetbaden, spelen met grote gezelschapsspellen,... Deze personen met dementie worden ondersteund tijdens eetmomenten. De ene bewoner kan nog zelfstandig eten, de andere heeft hierbij volledige ondersteuning nodig. De familieleden, vrienden, vrijwilligers kunnen altijd een bezoekje komen brengen aan de bewoners.

Het team in het WZC is multidisciplinair, waardoor ieder teamlid een andere kijk heeft op de bewoners en de werking. De animatieactiviteiten zijn niet hoofdzakelijk muzikaal gericht, wel wordt er meestal eenmaal in de maand een muziekuur voorzien, zowel in de gesloten als de niet-gesloten afdeling. Hierin luisteren de bewoners naar muziek die ze zelf mogen kiezen. Er is een zak met muziekinstrumenten aanwezig, maar deze werd slechts zelden gebruikt, alvorens ik de muziekgroepen opstartte.

Ik stel de muziekgroep op met 10 à 14 personen, waarvan 3 mannen. De deelnemers wonen in een WZC op de niet-gesloten afdeling en zijn ouder dan 65. Eén bewoonster gaat overdag naar de gesloten afdeling en zit in de beginfase van dementie. Van de 14 bewoners, zijn er 4 rolstoelgebonden en 3 bewoners lopen met een looprek/ of een loopstok. Twee bewoners die deel uitmaken van de muziekgroep hebben last van bevende handen. Tijdens deze muziekgroep zal ik wat luider praten, zingen en muziek spelen, omdat de meeste deelnemers hardhorig zijn. De meeste bewoners nemen deel omdat ze hun vrije tijd zinvol wensen in te vullen en/of omdat ze vroeger een muziekinstrument hebben bespeeld of wilden bespelen (piano, zang, accordeon). De deelnemers zijn over het algemeen sociaal, nemen vaak deel aan de activiteiten. In deze bachelorproef gaat het over 'samen musiceren'. De hoofddoelstelling is dat de deelnemers plezier beleven (Muziek en handicap, 2008, online), naast nog enkele deeldoelstellingen zoals samenzijn, gebruik maken van de vaardigheden om een instrument te bespelen,...

Ik koos ervoor om wekelijks muziek te creëren met ouderen in een WZC. Hierin staat centraal dat muziek maken leuk is. Ik koos bewust om muziek als doel te gebruiken en niet muziek als therapie, want muziektherapie is erop gericht om via muziek stoornissen of moeilijkheden van een persoon op te heffen (Muziek en Handicap, 2008, online).

Ik stel tijdens het maken van muziek niet te hoge en niet te lage verwachtingen (ter Horst, 2006, p. 53). Tijdens deze eerste muziekgroep geef ik veel leiding. Ik kan hier afwachten hoe de muziekgroep hierop reageert, want, zoals ter Horst zegt, kan je bij het begin beter te veel leiding geven, waarop mensen reageren en dit pas je nadien aan. Indien je te weinig leiding geeft, kan de groep hier niet op reageren.

We werken naar een toonmoment toe. Dit is gebaseerd op één van de grondvormen van ter Horst (2006, p. 33- 34, 68- 73), namelijk 'Vieren'. In het zesde en laatste hoofdstuk 'Optreden van de muziekgroep Scheldeghalm' licht ik deze grondvorm meer uitgebreid toe. De grondvormen zijn de andere vormen dan praten, die nodig zijn voor het menselijke contact. Ter Horst noemt deze de dialogische grondvormen. Onze maatschappij legt de nadruk op het verbale, dit terwijl het non-verbale veel meer betekenis heeft dan het zeggen met woorden. Deze grondvormen zijn de elementen van het gewone leven waardoor opnieuw onderling contact kan gemaakt worden. Ook de grondvorm 'Leren' en 'Spreken' zijn van toepassing op de wekelijkse muziekgroep. Het maken van muziek is tevens een grondvorm van ter Horst, namelijk 'Spelen', "alles wat je niet doet om het product maar om het doen zelf". "Muziek kan dienen als doel op zich; de beleving, het plezier en de interactie staan dan voorop." (Moderne Dementiezorg, s.d., online).

1.2.2 Doelformulering (wat wil ik/de deelnemer?)

1.2.2.1 Agogische doelen en Werkdoelen:

Tijdens deze muziekgroep zullen de volgende doelen aan bod komen:

Ontspanning

- vaardigheden ontwikkelen en onderhouden
- sociale contacten onderhouden

Vorming en educatie

- vaardigheden aanleren en onderhouden
- concentratie verbeteren

Zelfzorg

- nuttig zijn
- eigenwaarde verkrijgen
- sociale contacten bevorderen

Arbeid

- taakspanning ontdekken
- samenwerking aangaan

De eerste muziekgroepbijeenkomst heeft voor de ouders als doel het terughalen van liedje uit hun herinneringen. Ook laat ik hen kennis maken met verschillende instrumenten of laat hen hun instrument bespelen dat ze vroeger speelden. Zo zijn ze in groep muziek aan het maken en leren ze elkaar kennen op muzikaal gebied. Doordat het hier gaat over een groepsactiviteit, zullen de deelnemers hierdoor hun sociale contacten kunnen onderhouden en eventueel bevorderen. Tijdens de activiteit wens ik dat iedere bewoner naar de andere luistert en diens inbreng respecteert. Op deze manier leren ze geconcentreerd naar elkaar luisteren. Iedere deelnemer krijgt zo de rol van muzikant toegewezen. Tijdens de muziekgroep zullen de deelnemers hun taakspanning ontdekken, hoe lang ze kunnen luisteren naar de muziek en naar elkaar. Omdat het hier gaat over een muziekgroep, gaan ze de samenwerking aan.

1.2.3 Strategiebepaling

1.2.3.1 Instrumenteel- technisch

Hieronder volgt een opsomming van het strategisch plan om de activiteit in verschillende stappen te laten verlopen:

- Uitroepen in de microfoon (uitnodiging van alle bewoners) (1 min)
- Klaarzetten van de zaal (5 min)
- Bewoners halen en naar de zaal gaan (15 min)
- Begroeting+ uitleg (afspraken, doel, optreden) (2 min)
- Deelnemers sluiten ogen+ luisteren naar melodie van lijflied (3 min)
- Liedjestekst uitdelen+ bewoners zingen mee (10 min)
- Instrumenten tevoorschijn toveren (2 min)
- Zingen+ instrumenten (15 min)
- Bedanking+ volgende afspraak (5 min)
- Bewoners naar kamer brengen (10 min)

De muziekgroep speelt zich af van 10 uur tot 11 uur en is een invulling van hun vrije tijd. De activiteit duurt één uur, wat tijd genoeg is. De bedoeling van de muziekgroep is dat men plezier beleeft aan het maken van muziek in groep (zie Beginsituatie). Het gaat er hier om

eerst receptief om te gaan met muziek, de deelnemers luisteren aandachtig naar de melodie. Nadien kunnen de deelnemers mee zingen met het refrein en reproductief omgaan met muziek (Behrend, 2012, p. 33- 40). Dit zijn twee van de vijf manieren waarop je muzisch kan werken, volgens Behrend. Bij het receptief omgaan met muziek zijn de deelnemers uiterlijk passief bezig. Innerlijk zijn ze echter actief bezig en luisteren de deelnemers aandachtig naar de melodie. Op het moment dat de deelnemers reproductief muziek maken, zingen ze het refrein van 'Vrolijke Vrienden'. Uiteindelijk heb ik de bedoeling dat de deelnemers aan de muziekgroepen op een expressieve manier muziek kunnen maken, naar hun gevoel, bijvoorbeeld met dat bepaald instrument muziek maken op een bepaald moment tijdens het zingen.

Ik zorg ervoor dat ik volgende instrumenten meeheb: een gitaar en een statief, een xylofoon, een piano, een djembé en twee zakken met muziekinstrumenten (één van stageplaats en één van mezelf). Ook print ik de tekst in een groter lettertype van het liedje uit, sommige deelnemers zijn slechtziend. Ik zet voldoende stoelen klaar en een tafel met een laken waaronder de instrumenten liggen. De activiteit is aangepast aan de deelnemers omdat de muziekkeuze uit hun jeugd jaren komt. Tijdens de muziekgroep zal ik mijn stem verheffen, luider zingen en spelen. Ook sta ik rechtop zodat iedereen me kan zien. Ik sluit de deur, zodanig dat er geen lawaai komt van buiten af.

De muziekgroep zal meestal één keer per week georganiseerd worden, meestal van 10 uur tot 11 uur op dezelfde plaats. Op die manier is de omgeving geordend, namelijk dat 'de tijd in orde is' waardoor de omgeving voorspelbaar en duidelijk is (ter Horst, 2006, p. 91- 95). Ik weet van de deelnemers dat ze zeer nauw in het oog houden of je tijdig met de activiteiten van start gaat; ze houden van de nodige structuur. Ze zijn zeer gesteld op de indeling van de dag. Maar tijdens de muziekgroep is er ook plaats voor improvisatie, want volgens ter Horst is niet enkel ordening belangrijk. Er moet ook voldoende uitdaging aanwezig zijn binnen de omgeving, hier bestaat de omgeving uit de muziekgroep. Een uitdagende omgeving is er één die een appel doet op wat de bewoners goed kunnen. Tijdens deze muziekgroep deed ik een beroep op wat de deelnemers goed kunnen, namelijk muziek maken door te zingen en het bespelen van instrumenten.

De muziekinstrumenten kunnen volgende appels losmaken bij de deelnemers (Behrend, 2012, p. 41- 45):

- sensopatische appels: de uitnodiging tot beleving in de directe, zintuiglijke of lichamelijke omgang met het materiaal, hier in het bijzonder het luisteren naar muziek.
- dimensionele appels: de ruimte waarin de activiteit plaatsvindt en de mogelijkheden van de deelnemers om hierin te bewegen. Tijdens deze muziekgroep zullen de zangers ontstaan en diegene die liever een instrument bespelen (= groeperen).
- thematische appels: een activiteit die een betekenis kan hebben, op grond van die activiteit, de associaties die een persoon legt met een bepaalde activiteit. Bijvoorbeeld de muziekgroep roept positieve herinneringen op naar vroeger, namelijk welk instrument ze bespeelden. Ook kan de muziekgroep een associatie oproepen omdat ze muziek maken leuk vinden in de groep.

De appelwaarden, die uitgaan van de instrumenten, zijn persoonsgebonden, volgens Behrend (2012, p. 44). Zo kan het zijn dat een muziekinstrument, bijvoorbeeld het schudden met een eitje bij de ene persoon voornamelijk doet herinneren aan de rammelaar van vroeger (= thematische appels). Ook kan ditzelfde muziekinstrument leuk zijn om vast te nemen en hiermee te schudden (= sensopatische appels). In hoofdstuk vier 'De Lichtjes van De Schelde' ga ik dieper in op de appelwaarden die uitgaan van de muziekinstrumenten op de deelnemers.

Deze muziekgroep gaat door in de eetzaal, deze zaal is groot genoeg voor het aantal deelnemers. Deze ruimte is relatief aantrekkelijk om deze muziekgroep te laten doorgaan.

1.2.3.2 Agogisch

Bij aanvang van de activiteit neem ik de leidersrol op mij. Ik zorg voor een duidelijke opbouw (Boone, 2009, p. 1- 5), namelijk inleiding, midden en slot (zie Instrumenteel- technisch). Tijdens de activiteit begeleid ik de deelnemers rechtstaand met mijn gitaar en mijn stem. Ook maak ik duidelijke afspraken, wanneer ze kunnen invallen op een teken,... Van belang vind ik dat iedereen respect heeft voor elkaars muzikale inbreng, dat fouten maken mag. Ik stimuleer de deelnemer door positieve feedback te geven tijdens het maken van muziek, bijvoorbeeld door middel van een applaus.

1.2.3.3 Praktische voorbereiding

De deelnemers zijn een week op voorhand geïnformeerd. Ook zal ik deze activiteit rond muziekgroep uitroepen en de deelnemers halen. Ik maak gebruik van een zak met muziek-instrumenten van de stageplaats, de overige instrumenten breng ik mee van thuis (zie Instrumenteel- technisch).

De muziekbijeenkomst gaat door in de eetzaal, die vrij is van 10 uur tot 11 uur. Hier zijn voldoende stoelen aanwezig.

De andere teamleden zijn reeds op de hoogte gebracht van de opstart van de muziekgroep bij aanvang van mijn stage. Dit gebeurde alsook tijdens de bespreking van de activiteitenkalender, door het vermelden op deze kalender, door mijn informed consent ² die in de gangen hangt, door het uitroepen in de microfoon, dit tijdig opschrijven in het dagboek, op het bord te vermelden. Op dit bord komen dagelijks de geplande activiteiten en verjaardagen te staan. Op deze manier komen we op één opvoedkundige lijn (Biltris e.a., 2009, p. 22) te staan, waarin de opzet van mijn bachelorproef en muziekgroep duidelijk is voor de stageplaats en het team. Tijdens de eerste muziekbijeenkomst krijg ik ondersteuning van mijn mentor en een collega uit het animatieteam.

1.2.4 Uitvoering

Ik kreeg voldoende tijd om de zaal klaar te zetten en te ordenen. Ik besliste samen met de twee andere collega's om te werken met een microfoon. Dit omdat ik een stille stem heb, de meeste bewoners hardhorig zijn en het belangrijk is dat ze kunnen horen wat ik vertel en zing. Ik nam de beslissing om niet met een djembé, een piano en een xylofoon te werken omdat ik iedere deelnemer een gelijkwaardig instrument wilde geven. Op het moment dat ik alle bewoners wilde halen die op mijn lijst stonden, bleken er een aantal naar de kapper te zijn of niet in hun kamer aanwezig te zijn. Op dat moment besliste ik om enkele andere bewoners te motiveren om deel te nemen aan de eerste muziekgroep. Uiteindelijk had ik 14 kandidaten. Ik merkte dat ik in mijn kring te veel stoelen had geplaatst, waardoor de rolstoelgebruikers moeilijk plaats konden nemen. De overbodige stoelen werden weggehaald zodat er toch voldoende plaats was voor iedereen.

Bij de start begroette ik iedereen en bedankte ik hen voor hun komst. Ik gaf wat meer uitleg en deelde de afspraken mee (zie Instrumenteel- technisch). Daarna speelde ik de melodie op mijn gitaar waarbij de bewoners eerst hun ogen sloten en nadien konden de bewoners meezingen met het refrein. Ik merkte dat sommigen toch bleven meezingen met de volledige tekst, wat nog beter was. Naar het einde toe zong iedereen mee met het refrein op het juiste moment. Ik merkte dat dit heel vlot verliep, na het liedje drie maal volledig te hebben gespeeld, was iedereen mee met 'Vrolijke Vrienden'. De sfeer zat er meteen in.

Het volgende deel van de eerste muziekgroep vertelde ik hen dat ik een verrassing had. Ik schoof een tafel in het midden met een doek op. Hieronder lagen tal van instrumenten. Ik merkte dat iedereen nieuwsgierig was en gaf hen de tijd om te raden wat hieronder zou lig-

² Zie bijlage 1

gen. Eén bewoonster dacht dat er een bedpan onder lag. Ik zei dat het iets met muziek te maken had. Ook mochten ze het doek aanraken zonder het doek op te heffen. Eén bewoonster kon uiteindelijk raden dat het muziekinstrumenten waren. Ik gaf uitleg wat er allemaal te zien was op tafel, waarop een collega de muziekinstrumenten uitprobeerde en vroeg of iemand dit wilde bespelen. Ik vroeg wie er allemaal een instrument wilde uitproberen. Uiteindelijk waren er veel bewoners die een instrument in hun handen hadden. Hier deed ik een beroep op de sensorische, dimensionale en thematische appels (Behrend, 2012, p. 41- 45). Deze appels zijn aan bod gekomen in het onderdeel 'Instrumenteel- technisch' en komen nog meer uitgebreid aan bod in het vierde hoofdstuk 'De Lichtjes van De Schelde'. Hierna zongen de bewoners mee met het refrein en speelden het refrein op hun instrument. Dit verliep heel vlot. Ik had meer chaos verwacht, dat de instrumenten meer door elkaar zouden bespeeld worden, maar dit was niet het geval.

Wat mij opviel tijdens deze muziekgroep was dat bewoner Jef ³ niet luisterde naar de afspraken die ik op voorhand had gemaakt. Hij zong bijna niet mee met het refrein, wel nadat ik hem hierover aansprak. Hij bespeelde een triangel. Telkens opnieuw, wanneer iedereen stil was na het refrein, speelde hij lustig door. Ik sprak hem hierover een paar keer aan, maar dit had geen effect op hem. In deze situatie vond ik dit niet storend, omdat een triangel niet luid klinkt. Indien dit wel storend zou geweest zijn voor de groep, dan had ik hem hierover aangesproken. Ik denk dat Jef hiermee wilde tonen dat hij aanwezig was en zijn eigen regels wilde volgen.

Na deze eerste muziekgroep vroeg ik feedback aan de twee collega's. Zij vonden dat dit een succes was, voornamelijk door de combinatie met de instrumenten. Er zat structuur in en de sfeer vonden ze optimaal, het was plezierig. Ook hadden zij opgemerkt dat Jef niet luisterde. Ze hadden voor aanvang van deze muziekgroep gezegd dat hij dit misschien wat kinderachtig zou vinden, omdat hij enkel naar klassieke muziek luistert en hij misschien wel eens zou kunnen dwarsliggen.

Maar het opzet was geslaagd, vonden mijn collega's. Deze muziekgroep was een meerwaarde voor de deelnemers en voor hen.

1.2.5 *Evaluatie*

Productevaluatie

De deelnemers hebben hun muzikale vaardigheden ontwikkeld en onderhouden. Sommige deelnemers hebben nog nooit een instrument bespeeld, maar deden dit tijdens de muziekgroep wel. Op het moment dat er stiltes waren, praatten de deelnemers tegen elkaar over muziek, waardoor hun sociale contacten werden onderhouden. Bij de meeste deelnemers was het een lange tijd geleden dat ze nog gezongen hadden, dit konden ze opnieuw beleven tijdens deze activiteit. Gedurende deze eerste muziekgroep was elke deelnemer opletend toen ik hun aandacht vroeg, waardoor ze geconcentreerd konden blijven.

Deze muziekgroep was een zinvolle invulling van hun vrije tijd. De deelnemers waren enthousiast en deden goed mee met het liedje.

Na een half uur merkte ik aan de groep, doordat hun concentratie verminderde en de vermoeidheid verhoogde, dat we konden afronden door nog eens ons lijflied te spelen met instrumenten.

Tijdens deze muziekgroep gingen ze de samenwerking aan, door naar elkaars muzikale inbreng te luisteren en in te vallen op een juist moment.

Het was duidelijk dat de deelnemers plezier beleefden in deze muziekgroep.

³ Ik maak gebruik van fictieve namen in mijn bachelorproef om de privacy van de bewoners te bewaken

Procesevaluatie

De lijst die ik opmaakte van mogelijke deelnemers, was niet volledig. Hierdoor heb ik twee lijsten waarop verschillende kandidaten staan. Ik maak gebruik van een combinatie van de twee lijsten.

Ook zet ik minder stoelen in de kring, zodanig dat de rolstoelgebruikers makkelijker kunnen plaatsnemen. Elke bundel met tekst niet ik aan elkaar en ik zorg ervoor dat het refrein in fluo is aangeduid. Zo weten de deelnemers sneller wanneer ze kunnen invallen en wat precies verstaan wordt onder het refrein. Bij aanvang van de volgende muziekgroep lees ik eerst het refrein voor en nadien bespeel ik het instrumentaal op mijn gitaar.

Bovendien maak ik telkens gebruik van de microfoon en sta ik recht.

Hun vrije tijd werd zinvol ingevuld door de opstart van de muziekgroep. Ook kregen de deelnemers nog eens de kans om te zingen. Het hoofddoel is hier bereikt: maken van muziek gaf hen plezier (Moderne Dementiezorg, s.d., online). Ik maakte hier gebruik van 'muziek als doel' (Muziek en Handicap, 2008, online). Voor deze eerste muziekgroep had ik relatief lage verwachtingen, ik dacht dat het bespelen van de instrumenten minder vlot zou verlopen (ter Horst, 2006, p. 53). Bij aanvang van de muziekgroep vertelde ik dat we naar een toonmoment toe zouden werken. Hierop antwoordde één bewoonster welke outfit ze zou aantrekken. Ze had er zin in, dit is één van de grondvormen van ter Horst, namelijk 'Vieren'. Ook 'speelden' we muziek (ter Horst, 2006, p. 33- 34, 68- 73).

Tijdens het maken van muziek, konden de gestelde doelen bereikt worden (zie Productevaluatie). De geformuleerde werkdoelen gaven een houvast, zodanig dat ik tot gerichte observaties kon komen.

De instrumenteel- technische opbouw was een goede houvast voor de indeling van de eerste muziekgroep. Hierdoor verliep de activiteit gestructureerd. Ik sloot de eerste muziekgroep af met een groot applaus en een dankwoord voor hun opkomst. Ik maakte met hen de afspraak dat ik hen verwacht op de volgende muziekgroep. Ik merkte dat de meeste bewoners gemotiveerd de zaal verlieten. Eén bewoonster ging aan tafel zitten voor haar middagmaal en bleef gemotiveerd zingen. Voor aanvang van de volgende muziekbijeenkomst hanteer ik een gelijkaardige instrumenteel- technische indeling en herhaal ik zeker de afspraken. Ook laat ik de deelnemers eerst receptief omgaan met muziek en nadien reproductief (Behrend, 2012, p. 33- 40).

Eén uur is voldoende tijd, ik pas de lengte van de activiteit aan aan de deelnemers. Indien ik merk dat de bewoners hun concentratie verliezen, kort ik de activiteit in. Op die manier blijven ze gemotiveerd. Alle benodigdheden waren aanwezig voor de muziekbijeenkomst, o.a. de gitaar, de microfoon, de muziekinstrumenten, de teksten van de liedjes in een groter lettertype,... De eerste muziekbijeenkomst ging door van 10 uur tot 11 uur in de refter. Op dit uur is het rustig in de refter. Indien de muziekgroep in de toekomst door zou gaan op een ander tijdstip, plan ik deze in op een andere locatie, namelijk aan de biljart. Doordat ik een kring maakte, was de activiteit veilig voor de deelnemers. Iedereen kon elkaar goed zien. Bij aanvang van de activiteit maakte ik de afspraak dat fouten maken mag en dat ik verwacht dat iedere deelnemer respect voor elkaars muzikale inbreng heeft. Ik maakte hier gebruik van het liedje 'Vrolijke Vrienden', een liedje dat ze goed kenden en uitnodigend was.

Ik deed beroep op de eigenheid van de deelnemers, hun kwaliteiten. De deelnemers mochten zelf proberen muziek te maken in groep (ter Horst, 2006, p. 59). Ik ging uit van de appelwaarden die de instrumenten losmaakten bij de deelnemers (Behrend, 2012, p. 41- 45).

Doordat ik tijdens deze muziekgroep o.a. rechtop stond en een microfoon gebruikte, kon ik gemakkelijker de leidersrol op mij nemen. Er was een duidelijke opbouw, inleiding, midden en slot (Boone, 2009, p. 1- 5). De muziekbijeenkomst begeleidde ik door mijn gitaar en mijn stem. Dit verliep goed. Voor mezelf is het van belang dat ik de liedjes en de teksten goed ken, op deze manier kan ik deze vlot spelen en de groep begeleiden. Gedurende het ma-

ken van muziek met de deelnemers, gaf ik hen een paar keer een applaus en positieve feedback.

De deelnemers informeerde ik een week op voorhand, dit was lang genoeg. Ook schreef ik deze activiteit op het bord, met een tekening erbij. Op deze manier wilde ik hen stimuleren om deel te nemen. Een half uur op voorhand riep ik de activiteit uit, een kwartier later nogmaals.

Op het moment dat ik de rolstoelgebruikers haalde en ik beneden kwam, waren er plots veel deelnemers. De muziekinstrumenten waren voldoende voor deze muziekbijeenkomst en maakten de nodig appels los bij de deelnemers (zie Uitvoering). Zoals ik reeds aanhaalde, zette ik te veel stoelen in de kring.

Voor aanvang van de eerste muziekgroep, noteerde ik dit in het dagboek. Ik kreeg tal van positieve reacties van mijn collega's. Ze waren benieuwd wat muziek zou losmaken bij de bewoners, of dit zou aanslaan. Na de uitvoering van de activiteit, besprak ik deze kort op de briefing. Ook noteerde ik mijn observaties op de computer. Ik was blij met de steun van mijn mentor en collega. Dit gaf mij een extra duwtje voor de opzet van de muziekgroepen.

Voor de volgende muziekgroep neem ik volgende werkpunten mee:

- de instrumenteel- technische indeling in mijn achterhoofd houden
- opnieuw concrete afspraken maken voor aanvang van de muziekgroep
- de refreinen van de teksten van de liedjes in fluo aanduiden
- de teksten aan elkaar nieten
- minder stoelen zetten in de kring
- Jef meer sturen en hem duiden op de gemaakte afspraken

Voor de volgende muziekbijeenkomst, werk ik met de liedjes 'Vrolijke Vrienden' en 'Daar bij Die Molen'.

1.3 BESLUIT

De eerste muziekbijeenkomst verliep vlot, ik had voldoende zicht op de doelgroep. Dit komt mede omdat ik voor deze bijeenkomst gebruik maakte van het 'Vijffasenplan' (Pauwels, 2009, p. 12- 18), waarin verschillende fasen te onderscheiden zijn.

Dit plan gaf mij de nodige structuur om deze eerste muziekbijeenkomst te leiden, met de doelstellingen in mijn achterhoofd. De opgesomde doelstellingen zijn bereikt tijdens deze eerste muziekgroep. Het hoofddoel is zeker behaald, dat 'muziek maken plezierig is' (Moderne Dementiezorg, s.d., online). Ook had ik de deelnemers en collega's voldoende geïnformeerd.

De benodigdheden waren allemaal aanwezig voor deze eerste muziekgroep. Ik kreeg de nodige steun tijdens deze muziekgroep van mijn mentor en een collega. Het principe van Behrend (2012, p.33- 40) om eerst receptief om te gaan met muziek en nadien reproductief met muziek om te gaan, sloeg aan bij de deelnemers. Ik liet de deelnemers eerst met gesloten ogen luisteren naar de melodie van het lied dat ik speelde op mijn gitaar en nadien konden de deelnemers meezingen met het refrein van 'Vrolijke Vrienden'. Het was goed om me leidend op te stellen, door mij letterlijk recht te stellen en te werken met een microfoon. De gemaakte afspraken waren concreet genoeg voor de deelnemers.

Het liedje 'Vrolijke Vrienden' sloeg aan bij de bewoners. Ze zongen gretig mee met het refrein op mijn teken. Er was één enkele bewoner die wat minder enthousiast was, maar de meeste deelnemers beleefden plezier bij het maken van muziek in groep. Ook bij de invoering van de muziekinstrumenten konden ze meespelen met het refrein. Ze waren nieuwsgierig wat er onder het laken lag, ook toen ze dit mochten aanraken. Er ontstond een mooie interactie in de muziekgroep. De muziekinstrumenten maakten de nodig appels (Behrend, 2012, p. 41- 45) los bij de deelnemers. Bij de invoering van de muziekinstrumenten, had ik de groep onderschat. Ik dacht dat de instrumenten meer door elkaar zouden

bespeeld worden. Ik had hier dus, met andere woorden, te lage verwachtingen (ter Horst, 2006, p. 53).

Ik merkte aan de lachende gezichten van de deelnemers dat ze gemotiveerd waren om deel te nemen aan de volgende muziekgroep. Ik deed hier voldoende beroep op de kwaliteiten van de bewoners (ter Horst, 2006, p. 59). Er was dus tijdens deze muziekgroep genoeg uitdaging voor de deelnemers.

Door de evaluatie op te maken hou ik rekening met de aandachtspunten die ik hierboven opsomde in de productevaluatie.

Voor de volgende muziekbijeenkomst, werk ik met de liedjes 'Vrolijke Vrienden' en 'Daar bij Die Molen'.

2 DAAR BIJ DIE MOLEN

2.1 INLEIDING

De titel is genoemd naar het liedje dat ik gebruik tijdens de tweede muziekgroep. Deze muziekgroep sluit aan bij de eerste omdat we opnieuw beginnen met 'Vrolijke Vrienden'. Nadien zingen we 'Daar bij Die Molen' en sluiten we deze muziekgroep af met 'Vrolijke Vrienden'. Bij het liedje 'Vrolijke Vrienden' maakte ik tevens gebruik van muziekinstrumenten, zoals in voorgaande muziekgroep. Het hoofddoel is nog steeds dat muziek maken in groep plezierig is. Dit kwam nog meer aan bod tijdens deze muziekgroep, voornamelijk op het moment dat de bewoners invielen op het refrein van 'Daar bij Die Molen'. Op deze manier speelde ik in op hun behoeften en leefwereld. Ik gebruik dezelfde indeling van de hoofdstukken als in de vorige muziekgroep, gebaseerd op het 'Vijffasenplan' (Pauwels, 2009, p. 12- 18).

Deze tweede muziekgroep heeft volgende bijkomende doelstellingen:

Arbeid

- eigenwaarde vergroten
- waardering krijgen

Tijdens deze muziekbijeenkomst hou ik meer rekening met ieders tempo en maak ik gebruik van 'het aanstekelijke voorbeeld' (ter Horst, 2006, p. 62, 66- 69). 'Het aanstekelijke voorbeeld' houdt in dat je tijdens een activiteit deze eerst voor doet. Nadien doe je de activiteit samen met de deelnemer(s). Uiteindelijk is het de bedoeling dat de deelnemers de activiteit alleen kunnen uitvoeren, dat je ze dit alleen laat doen. Ter Horst spreekt hier van het agogische principe: voordoen- samendoen en eventueel alleen laten doen.

Voor de muziekgroepen denk ik dat het moeilijk is om de deelnemers alleen muziek te laten maken zonder dat iemand dit begeleidt. Het is belangrijk dat er iemand is die de muziekgroep begeleidt, zonder begeleiding zou de activiteit niet gestructureerd verlopen en zou het chaotisch kunnen worden. Ook zegt ter Horst dat je niet van de deelnemers kunt verwachten dat zij enthousiast zijn voor een bepaalde activiteit, indien je zelf niet enthousiast bent. Je moet aanstekelijk werken voor de anderen, wat veel kennis vraagt. Deze kennis kan bijvoorbeeld zijn dat je weet welke muziek de deelnemers graag horen, dat je gebruik maakt van het verrassingseffect, door bijvoorbeeld een grote zak met muziekinstrumenten. Door mijn enthousiasme leer ik de deelnemers muziek maken met instrumenten en laat ik hen opnieuw zingen. Hieronder vind je verdere toelichting bij 'het aanstekelijke voorbeeld'.

Ik hecht in deze tweede muziekgroep meer belang aan positieve feedback, waardoor de deelnemers waardering krijgen voor hun muzikale inbreng. Ik maak opnieuw gebruik van een instrumenteel- technische indeling, mits oog voor improvisatie. Ik bereid deze muziekgroep ook praktisch voor. Ik stel me voornamelijk leidend op, nadien meer begeleidend.

Op deze manier is de tweede muziekgroep een aanvulling op de eerste, mits bijkomende doelstellingen.

2.2 VIJFFASENPLAN

2.2.1 *Beginsituatie (voor wie?, doelgroepanalyse)*

In het verlengde van vorige muziekbijeenkomst is deze activiteit voor dezelfde doelgroep, ouderen in een WZC. Ik hou 14 deelnemers voor ogen die zouden meedoen aan de tweede muziekgroep. Er zijn twee deelnemers die een vorm van dementie hebben en overdag naar de gesloten afdeling gaan. Beide bewoners bevinden zich tussen stadium 1, lichte

verwardheid en stadium 2, verwardheid in tijd van dementie (Feil, 2012, online). De twee bewoners blijven meestal bij de tijd, kunnen zingen en lezen, maar schrijven gaat iets moeilijker.

Het gaat hier nog steeds over de invulling van hun vrije tijd, namelijk het maken van muziek dat plezierig is.

In deze muziekbijeenkomst maak ik van het basisprincipe van ter Horst gebruik, namelijk 'het aanstekelijke voorbeeld' (ter Horst, 2006, p. 62, 66- 69). Ik heb zelf veel belangstelling in muziek en heb dit mezelf aangeleerd zonder veel theoretische muzikale achtergrond. Wel heb ik veel kennis van muziek in de praktijk, door veel gitaar te spelen, naar liedjes te luisteren, deze in te oefenen, naar concerten te gaan, concerten te bekijken op een dvd. Ik probeer tijdens de muziekgroep mijn passie over te brengen aan de bewoners, via het voordoen- samendoen- alleen laten doen. Hierdoor leren de bewoners plezier beleven bij het maken van muziek in groep. Ik speel eerst de melodie van 'Vrolijke Vrienden' opnieuw voor, waarna de deelnemers kunnen invallen op het refrein (voordoen- samen doen). Nadien nemen de deelnemers een instrument en spelen we terug 'Vrolijke Vrienden'. Ik straal mijn interesse voor muziek maken uit op de deelnemers. Hierdoor motiveer ik hen. Ter Horst zegt dat 'het aanstekelijke voorbeeld' veel kennis vraagt van de opvoeder (inzicht in de doelgroep). Ook is observatie tijdens de muziekgroep van belang. Het vergt veel voorbereiding, ik speel bijna dagelijks de liedjes voor de muziekgroep op mijn gitaar, hierdoor kan ik dit voordoen voor de deelnemers. Uithoudingsvermogen is ook van belang volgens ter Horst. Dit houdt in dat je geduld moet hebben, bijvoorbeeld de liedjes blijven herhalen en dit op het tempo van de deelnemers. Ik beschik over veel muziekinstrumenten. Door 'het aanstekelijke voorbeeld' hou ik het hier niet enkel bij woorden, ik speel op mijn gitaar en combineer dit met zang. Hierdoor leren de deelnemers de liedjes (opnieuw) kennen en maken ze met plezier muziek.

Ik lees het refrein voor van het nieuwe lied 'Daar bij Die Molen'. Nadien vraag ik hen om hun ogen te sluiten en te luisteren. Ze kunnen weer invallen op het refrein. Dit herhalen we tot ze dit liedje kennen. Ik sluit deze muziekgroep af met ons lijflied, 'Vrolijke Vrienden'.

2.2.2 Doelformulering (wat wil ik/de deelnemer?)

2.2.2.1 Agogische doelen en Werkdoelen:

In het verlengde van de vorige muziekbijeenkomst, hou ik volgende bijkomende doelen in mijn achterhoofd:

Arbeid

- eigenwaarde vergroten
- waardering krijgen

Ik activeer de ouderen door ze te laten deelnemen aan de muziekgroep. In vergelijking met de vorige muziekgroep, zijn volgende doelen toegevoegd: eigenwaarde vergroten en waardering krijgen. Tijdens deze muziekgroep heb ik extra oog voor positieve feedback, waardoor ze waardering krijgen van mij voor hun muziekbeleving. Op die manier zal deze tweede muziekgroep een verlengstuk zijn van de eerste, met bijkomende doelstellingen en blijft het muziek maken in de groep plezierig en blijven de deelnemers gemotiveerd. Het gaat hier over externe motivatie (De Medts, 2010, p. 172), namelijk ik geef de groep positieve feedback. Na verloop van tijd zullen de deelnemers intrinsiek gemotiveerd zijn om deel te nemen aan de muziekgroep. Ze nemen dan deel aan de muziekgroepen omdat muziek maken leuk is voor hen.

2.2.3 *Strategiebepaling*

2.2.3.1 Instrumenteel- technisch

- Klaarzetten van de zaal (5 min)
- Uitroepen in microfoon (1 min)
- Bewoners halen en naar de zaal gaan (15 min)
- Begroeting+ uitleg (afspraken, doel, optreden) (1 min)
- Deelnemers sluiten ogen+ luisteren naar melodie van lijflied (2 min)
- Liedjestekst uitdelen+ bewoners zingen mee (5 min)
- Instrumenten uitdelen+ lijflied spelen (7 min)
- Instrumenten op de grond leggen (1 min)
- Refrein voorlezen van nieuw lied (1 min)
- Deelnemers sluiten ogen+ luisteren naar melodie van nieuw lied (2 min)
- Liedjestekst uitdelen+ bewoners zingen mee (15 min)
- Lijflied zingen+ instrumentaal (2 min)
- Bedanking+ volgende afspraak (5 min)
- Bewoners naar kamer brengen (10 min)

De tweede muziekgroep gaat door op hetzelfde tijdstip als de eerste, van 10 uur tot 11 uur en gaat door op dezelfde locatie. Ik zet minder stoelen klaar dan bij de eerste muziekbijeenkomst, zodanig dat de rolstoelgebruikers gemakkelijker plaats kunnen nemen. Ik zorg ervoor dat mijn microfoon tijdig is aangesloten en alle instrumenten op zijn plaats staan. Bij de vorige muziekgroep overliep ik de planning van de tweede muziekgroep. Ze waren akkoord met het liedje 'Daar bij Die Molen'. Op deze manier speel ik in op de behoeften van de doelgroep. Ook gaan de deelnemers eerst receptief om met muziek, nadien reproductief (Behrend, 2012, p. 33- 40). Deze principes kwamen reeds aan bod in het eerste hoofdstuk 'Vrolijke Vrienden'.

Nadat de deelnemers naar de melodie van 'Vrolijke Vrienden' hebben geluisterd, deel ik de tekst uit van dit lied, met dit verschil dat het refrein in fluo staat. Daarna zingen de deelnemers mee met het refrein op mijn teken. Ik deel de instrumenten uit en opnieuw zingen we ons lijflied, met de instrumenten op het refrein. Nadien vraag ik aan de deelnemers om hun instrument op de grond te leggen om meer geconcentreerd te kunnen luisteren naar het volgende liedje.

Het volgende ogenblik lees ik het refrein voor van 'Daar bij Die Molen'. Ik vraag aan de bewoners om nogmaals hun ogen te sluiten, zodanig dat ze aandachtiger kunnen luisteren naar de melodie van het nieuwe lied. Ik deel de tekst uit en de bewoners zingen mee met het refrein op mijn teken. Dit herhalen we enkele malen, tot ze 'Daar bij Die Molen' onder de knie hebben. Indien dit het geval is, zingen we nog eenmaal ons lijflied 'Vrolijke Vrienden' met de instrumenten.

In deze muziekgroep maakten we gebruik van 'cultuur' (ter Horst, 2006, p. 86- 88), namelijk het maken van muziek. Cultuur is iets wat mensen zelf maken, want zonder cultuur zouden mensen niet kunnen bestaan. Tijdens de muziekgroep 'waren de mensen er', wat één van de elementen is volgens ter Horst rond 'de volheid van de omgeving'. Indien onze omgeving niet optimaal is, zal dit een invloed hebben op ons, want ter Horst (2006, p. 14- 15) zegt dat alles met alles samenhangt, opvoeder en kind, kind en omgeving. Een kind heeft niet enkel een omgeving, maar is ook die omgeving. De opvoeders maken tenslotte deel uit van die omgeving. Opvoeden hangt niet enkel af van de 'opvoedingskwaliteiten' van de opvoeders, de eigenschappen van de kinderen, maar is ook afhankelijk van de omgeving/omstandigheden waarin het kind opgevoed wordt. Het opvoeden is dus een wisselwerking van verschillende factoren. Doordat de stageplaats (de omgeving) ons de tijd en ruimte gaf om wekelijks muziek te maken in groep, konden we onze muziekgroep opbouwen met het oog op ons finaal optreden. Aangezien de muziekgroep plezierig is voor de deelnemers, is dit een aanvulling op 'de volheid van de omgeving' voor de deelnemers.

Gedurende elke muziekbijeenkomst hou ik in mijn achterhoofd rekening met ieders tempo. Iedere bewoner heeft zijn eigen tempo (ter Horst, 2006, p. 81- 82) van informatieverwerking. De ene bewoner zal bijvoorbeeld snel zijn weg vinden in het volgen van het ritme, de andere pas na een paar muziekbijeenkomsten. Het is belangrijk om de bewoners 'de tijd' te geven om te wennen aan hun nieuwe rol in de muziekgroep.

2.2.3.2 Agogisch

Tijdens deze tweede muziekgroep stel ik me leidend op, na verloop van een aantal muziekbijeenkomsten stel ik me meer begeleidend op. Ik sta rechtop, maak gebruik van een microfoon (de meeste deelnemers zijn hardhorig), mijn gitaar en mijn stem. Gedurende de muziekgroep heb ik er oog voor dat sommige bewoners niet helemaal fit zijn omdat ze niet goed meer horen of zien. De zintuigen werken m.a.w. niet goed meer bij de deelnemers (ter Horst, 2006, p. 46). Regelmatig is het zo dat men allerlei verschillende moeilijke verklaringen gaat zoeken achter het gedrag van een persoon, terwijl het antwoord voor de hand ligt. Ter Horst wil hiermee zeggen dat je eerst oog moet hebben voor het gewone, nadien pas grijpen naar specialistische aanpakken. Zo kon ik bijvoorbeeld denken dat een deelnemer niet meedeed aan de muziekgroep omdat deze het liedje niet mooi vindt, terwijl dit komt omdat deze deelnemer niet meer goed hoort of te ver zit in de kring.

Tijdens deze muziekgroep maak ik ook concrete afspraken, leg ik het doel uit en herinner ik hen aan ons optreden. Ik vraag hen tevens aandachtig te luisteren naar elkaars muzikale inbreng, hanteer humor. Ik geef mondelinge positieve feedback.

2.2.3.3 Praktische voorbereiding

De deelnemers informeerde ik tijdens de afsluiting over de eerste muziekbijeenkomst. Ook informeer ik de andere bewoners over de tweede muziekgroep door dit uit te roepen in de microfoon en het een dag op voorhand op het bord te schrijven. Op deze manier stel ik dit open voor elke bewoner. Ik haal de bewoners die op mijn lijst staan van hun kamer en/of probeer hen te motiveren om te komen kijken.

De zak met muziekinstrumenten borg ik op in een kast, waar ik gemakkelijk aan kan. De microfoon weet ik liggen. Ik breng mijn gitaar en het statief, de bladen mee van thuis. Ik zorg ervoor dat ik de tekst van 'Daar bij Die Molen' afgedrukt heb en het refrein in fluo heb aangeduid en vastgeniet. De tekst van 'Vrolijke Vrienden' en 'Daar bij Die Molen' breng ik mee. Tijdens deze muziekgroep krijg ik ondersteuning van een andere stagiair. Deze informeer ik op de dag zelf, want het is een stage van twee dagen, waarop die dag de eerste dag is.

2.2.4 *Uitvoering*

Het moment waarop ik de eetzaal betrad, was de schoonmaakkploeg nog volop bezig. Dit zou nog even duren. Ik besliste om deze muziekgroep door te laten gaan in een andere zaal. Op het moment dat ik daar toekwam met de stagiair, merkte ik dat ik geen gebruik zou kunnen maken van de microfoon, omdat deze hier niet kan geïnstalleerd worden. Bijgevolg werkte ik zonder de microfoon, wat me wel de nodige stress gaf. Nadien maakten we een kring, rekening houdend met de rolstoelgebruikers. Ik had namelijk op voorhand een nieuwe lijst van deelnemers opgesteld, waar ik aanduidde of die in een rolstoel zat, of ik hen best begeleid naar de zaal of ze zelfstandig naar de zaal kunnen gaan. Hierdoor kon ik sneller de bewoners halen en nam mijn stress af. Ik hield 14 deelnemers voor ogen, maar op mijn papier stonden er 19, enkele als reserve. 14 deelnemers is ideaal, omdat de deelnemers dan op elkaar kunnen inspelen en ik een goed overzicht kan houden op de groep. De groep bestond uit 15 deelnemers, waarvan 2 die niet actief deelnamen en enkel een kijkje kwamen nemen. Voor aanvang van deze muziekgroep maakte ik concrete af-

spraken met de stagiair, op deze manier wist hij wat de bedoeling was van deze muziek-groep en wat ik precies van hem verwachtte.

Ik zorgde ervoor dat de deuren gesloten waren, zodat we geen last zouden hebben van mogelijk achtergrondlawaai. Bij het opstellen van de activiteit begon een bewoonster te lachen omdat ik iets had laten vallen, ik begon zelf ook te lachen en zei dat lachen gezond is.

Ik startte de activiteit met een bedanking om zo talrijk aanwezig te zijn voor de muziek-groep, nadien maakten we enkele concrete afspraken (zie Instrumenteel- technisch).

Op het moment dat ik vroeg om de ogen te sluiten bij 'Vrolijke Vrienden' waren er twee bewoners die dit niet deden. Ik maakte hier een grapje van door te zeggen dat ze niet mochten vals spelen. Iedereen schoot in de lach.

Deze muziekbijeenkomst verliep vlotter dan de eerste, omdat de meeste deelnemers dezelfde waren. Ook zonder de microfoon, verliep deze muziekgroep vlot, dit omdat de zaal veel kleiner is dan de eetzaal. Het zou wel handig zijn voor de volgende muziekgroepen dat ik telkens gebruik kan maken van een microfoon. Het waren deelnemers die gemotiveerd waren, ook de nieuwe. Ik merkte op dat 'Daar bij Die Molen' meer aansloot bij hun interesses dan 'Vrolijke Vrienden'. Tijdens het invallen op het refrein door de bewoners, waren ze zeer enthousiast aan het zingen. Bij 'Vrolijke Vrienden' is het meer de bedoeling om de sfeer erin te krijgen. Ook bij 'Daar bij Die Molen' zongen ze allemaal mee op het juiste moment en in de maat. Ik werd bijna omver geblazen door de deelnemers, meer bepaald door hun enthousiasme. Tijdens deze muziekgroep merkte ik dat ik spontaan ging meebewegen op de muziek. Op deze manier gaf ik 'het aanstekelijke voorbeeld' (ter Horst, 2006, p. 62, 66- 69).

Voor aanvang van de activiteit was er één bewoner die zich plaatste buiten de kring. Ik reageerde hierop door te zeggen dat hij in de kring mocht gaan zitten. Hij antwoordde daarop dat hij enkel kwam kijken. Ik probeerde hem toch te motiveren om in de kring te gaan zitten, maar dit weigerde hij. Ik heb dit zo gelaten, omdat ik in de muziekgroep wens te werken met mensen die gemotiveerd zijn. Vanuit zijn gedrag interpreteerde ik dat hij niet gemotiveerd was om deel te nemen (De Medts, 2010, p. 159- 162), want hij plaatste zich buiten de kring, keek twee minuten en ging dan in stilte weg. Ook wenste hij geen muziektekst om mee te zingen met de groep. Motivatie is een dynamisch gegeven, het kan veranderen. Ik opteer om hem bij de volgende muziekgroep bij te rekenen als deelnemer. Ik denk dat deze bewoner geen behoefte had om echt mee te zingen met de groep, hij zei dat hij enkel een kijkje kwam nemen. Hierdoor is er zonder behoefte geen actie. Ik vraag voor volgende muziekgroep zijn mening van de vorige. Op deze manier kan ik te weten komen waarom hij niet gemotiveerd was.

Ook kwam deelnemer Jef in het midden van de muziekgroep een kijkje nemen. Ik vroeg of hij erbij wilde komen zitten, want had nog een stoel voor hem open gelaten. Hij zei dat hij enkel kwam kijken en niet kwam om mee te zingen zoals de vorige keer. Hierop antwoordde ik dat hij er gerust mocht bij komen zitten, maar dat wilde hij niet en hij nam zijn krant om hierin te lezen. Hij ging na één minuut weg. Ik spreek hem hierover aan voor de volgende muziekgroep. Hierdoor kan ik achterhalen waarom hij niet gemotiveerd was.

Deze muziekgroep bestond uit 15 deelnemers, waarvan één persoon met dementie. Zij deed niet actief mee tijdens de muziekgroep, wel keek ze naar wat de anderen zongen en speelden. Ik vind het belangrijk dat, ook al neemt ze niet actief deel aan de muziekgroepen, ik haar kan blijven motiveren om te komen kijken naar de muziekgroepen. Op deze manier verplicht ik haar niet om iets te doen tegen haar zin, maar hoort ze toch bij de muziekgroep en kan ze luisteren naar de liedjes.

Het viel mij op dat één deelneemster bleef zingen bij elke tekst met muziek, wat niet afgesproken was. Er waren drie deelnemers die dit ook opmerkten en zeiden tegen haar dat ze enkel mocht meezingen met het refrein. Ik merkte dat ze heel graag zong en ik reageerde nadien in het algemeen op de groep door te herhalen dat het belangrijk is dat ze enkel

meezingen op het refrein. Maar ik merkte aan die bewoonster dat ze gewoon graag zong en dit niet deed om vervelend te doen. De andere deelnemers reageerden er niet meer op en ondervonden er geen hinder van. Omdat ik opmerkte dat het niet storend was voor de andere deelnemers en het zelfs positief vond dat ze zo enthousiast was, liet ik haar verder zingen. Op deze manier beleefde iedereen plezier bij het maken van muziek.

Wat mij tevens opviel was dat één bewoonster stiller was dan tijdens de andere muziekgroep, dit voornamelijk tijdens het zingen van 'Daar bij Die Molen'. Ik dacht dat dit misschien kwam omdat dit liedje een emotie losmaakte, haar deed denken aan iets uit haar verleden. Voor de volgende muziekgroep ga ik bij haar langs om het hierover te hebben. In het Engelstalige artikel van Rawden (2010, p. 302), staat vermeld dat muziek een manier is om te kunnen omgaan met emoties en gevoelens. Muziek vervult volgens hem een psychologische functie. Dit artikel is wel gericht op muziektherapie, maar ik kan dit een stuk linken aan het feit dat muziek emoties losmaakt. Muziek draagt bij aan de kwaliteit van leven volgens Rawden. Dit o.a. doordat men gevoelens gaat herkennen door muziek. Het is dus mogelijk dat muziek emoties losmaakt. Dit was waarschijnlijk het geval bij deze bewoonster, ik vermoed dat dit liedje een sterke emotie losmaakte bij haar. Uit ervaring weet ik dat muziek verschillende emoties kan losmaken bij personen. Ook is muziek maken voor mij een uitdrukkingmiddel, wat ik niet kwijt kan in woorden, kan ik wel in het spelen op muziekinstrumenten.

Bij 'Vrolijke Vrienden' gaf ik na het zingen, aan de groep een applaus en vertelde hen dat ze goed bezig waren. Nadien toonde ik de instrumenten voor en vroeg wie welk instrument wilde bespelen. Iedere deelnemer had een instrument. Dit verliep vlot, spelen met instrumenten en meezingen met het refrein van 'Vrolijke Vrienden'. Tussendoor, nadat de deelnemers telkens het refrein van 'Daar bij Die Molen' zongen, gaf ik hen positieve feedback. Hierdoor zongen de deelnemers met veel enthousiasme verder. Dit liedje herhaalden we enkele malen. Na 'Vrolijke Vrienden' vroeg ik hen om hun instrumenten op de grond te leggen omdat het volgende liedje zonder instrumenten was. Ze vertelden dat ze dit wel zouden vasthouden en niet zouden vals spelen. Ik maakte hier een grapje van en de stagiair deelde nadien de tekst van 'Daar bij Die Molen' uit. Ik las het refrein voor, nadien sloten ze hun ogen terwijl ik de melodie speelde. Daarna konden ze meezingen met het refrein. Dit verliep vlot. We sloten deze muziekgroep af door het zingen van 'Vrolijke Vrienden' met instrumenten. Ik bedankte de groep en maakte de afspraak voor volgende week. Ik vertelde hen dat er een gast op bezoek zou komen, maar vertelde nog niet wie omdat dit een verrassing was.

Ik merkte op dat de collega's ook nieuwsgierig waren naar de muziekgroep. Er zijn drie collega's komen kijken en ze hebben 'Daar bij Die Molen' meegezongen.

2.2.5 *Evaluatie*

Productevaluatie

Tijdens deze muziekgroep kwamen volgende doelstellingen erbij: eigenwaarde vergroten en waardering krijgen. De eigenwaarde van de deelnemers werd vergroot, doordat ik verscheidene maal positieve feedback gaf tijdens en na de muziekgroep (zie Uitvoering). Ik gaf ze meerdere malen waardering. Ik merkte dat deze twee doelen bereikt werden, doordat ze met lachende gezichten invielen op het refrein en met instrumenten speelden. Zoals ik reeds aanhaalde, werd ik bij 'Daar bij Die Molen', bij wijze van spreken omvergeblazen door hun zingen met het refrein. Op deze manier werd hun vrije tijd zinvol ingevuld en beleefden ze plezier aan het muziek maken in groep. Ik heb de indruk dat de deelnemers hierdoor gemotiveerd zijn voor de volgende muziekgroepen en nieuwsgierig zijn naar wie de gastheer zou kunnen zijn.

Deze twee liedjes waren vroeger ook al populair. 'Vrolijke Vrienden' is een liedje van Nonkel Bob, die verschillende tv-programma's had op de BRT. 'Daar bij Die Molen' is een liedje

dat vroeger, tijdens de twee wereldoorlogen, heel populair was. Elke oudere kent deze liedjes vanuit zijn jeugdijaren.

Procesevaluatie

Ik had voldoende informatie over de deelnemers omdat ik een combinatie had gemaakt van twee deelnemerslijsten. Ik ken de bewoners nu ook al beter en kan hun mogelijkheden en beperkingen beter inschatten. Ik stelde tijdens deze muziekgroep voor om twee liedjes te zingen i.p.v. één. Op deze manier blijven ze aandachtig en is er variatie in de muziekgroepen. Het liedje 'Daar bij Die Molen' sloot aan bij hun leefwereld en behoeften. Ik zorgde er deze keer voor dat er genoeg plaats was voor de rolstoelgebruikers, hierdoor konden ze gemakkelijker plaatsnemen in de kring.

Eén uur was voldoende voor deze muziekgroep. Alle benodigdheden waren aanwezig op de stageplaats: de muziekinstrumenten, de stoelen,... De ruimte was kleiner en er was geen microfoon aanwezig, dit waren geen storende elementen. Ik sprak en zong luid genoeg, zodanig dat iedere bewoner me goed kon verstaan. Het zou wel handiger zijn voor de deelnemers en mijn stem mocht ik de volgende keren gebruik maken van een microfoon. De muziekgroep ging door in een kring, wat veilig is voor de deelnemers. Het principe van eerst receptief om te gaan met muziek en nadien reproductief omgaan met muziek werkt nog steeds (Behrend, 2012, p. 33- 40). Ik varieerde deze activiteit door het eerste liedje eerst zonder de instrumenten te doen, nadien met de instrumenten. Het tweede liedje was zonder de muziekinstrumenten. Nadien speelden we nogmaals het eerste liedje, met de instrumenten. Hierdoor was er genoeg variatie aanwezig, wat voldoende uitnodigend was. Het was duidelijk voor de deelnemers wat het refrein was doordat het in fluo was aangeduid.

Doordat ik me (bege)leidend opstelde, verliep deze muziekbijeenkomst goed. Er was de nodige structuur, maar toch was er tijd voor improvisatie, bijvoorbeeld door grapjes te maken tussendoor, kleine pauzes in te lassen. Doordat ik voor aanvang concrete afspraken maakte, verliep alles vlot. De deelnemers waren tijdig aanwezig en op verschillende manieren geïnformeerd. De benodigdheden waren aanwezig. De ruimte was niet beschikbaar, maar ik had een alternatief achter de hand.

Werkpunten voor volgende muziekgroep:

- voor aanvang van de muziekgroep een lijst maken van de deelnemers, mits rekening te houden met de vorige muziekbijeenkomst
- op voorhand nagaan of de zaal beschikbaar zal zijn
- aangezien de volgende muziekgroep een gast aanwezig zal zijn, repeteer ik met hem twee dagen op voorhand. Op deze manier zullen we goed op elkaar ingespeeld zijn. Ook geef ik hem wat meer uitleg over de rolverdeling.
- feedback vragen aan de drie specifiek besproken deelnemers voor de volgende muziekbijeenkomst

Na deze muziekgroep vroeg de stagiair of hij de volgende dag zijn viool mocht meenemen. Hij kreeg de goedkeuring van de directrice en de volgende dag gaf de stagiair samen met zijn broer een klassiek muziekoptreden met viool en piano. Alle bewoners en de personeelsleden waren vol lof over dit gebeuren.

2.3 BESLUIT

Deze tweede muziekbijeenkomst was geslaagd. Dit komt omdat ik opnieuw gebruik maakte van het 'Vijffasenplan' (Pauwels, 2009, p. 12- 18), wat mij een kijk gaf op de vooropgestelde doelen die ik wenste te bereiken alsook de nodige structuur. Hierdoor kon ik de nodige observaties uitvoeren van de bewoners. Ik kreeg hulp van een stagiair bij deze muziekgroep, waardoor het praktische verloop van deze bijeenkomst gemakkelijker verliep.

Ik merkte op dat twee bewoners geen motivatie hadden om deel te nemen aan de groep, maar wel een kijkje kwamen nemen. Ook was er een deelnemer die stiller was dan bij de vorige muziekgroep. Misschien maakte het liedje 'Daar bij Die Molen' sterke emoties bij haar los? Ik vraag aan deze drie bewoners feedback voor de volgende bijeenkomst. Toch was deze tweede muziekgroep plezierig voor de deelnemers. Dit merkte ik aan hun lachende gezichten en hun actieve deelname, voornamelijk bij het invallen van het refrein van 'Daar bij Die Molen'. Ik duidde het refrein aan in fluo en bevestigde deze teksten aan elkaar. Ik merkte dat ze graag muziek maken met de muziekinstrumenten. Ik zette minder stoelen in de kring en maakte bij het begin van de muziekgroep afspraken met de deelnemers.

Op het moment dat drie collega's kwamen kijken, had ik het gevoel dat het personeel van de stageplaats ook nieuwsgierig was naar de muziekgroep en dus achter mijn bachelorproef staat.

Voor de derde muziekgroep hou ik mijn werkpunten, opgesomd in de productevaluatie, in mijn achterhoofd. Ik merkte dat de deelnemers gemotiveerd zijn voor de volgende muziekgroep, waar er een gast samen muziek komt spelen met mij en de groep. Voor deze muziekgroep maken we opnieuw gebruik van de liedjes 'Vrolijke Vrienden' en 'Daar bij Die Molen'.

3 DAAR BIJ DIE MOLEN: BIS

3.1 INLEIDING

De titel van dit hoofdstuk gaf ik deze naam, omdat we tijdens de derde muziekgroep opnieuw gebruik maakten van het liedje 'Daar bij Die Molen'.

Ik vroeg feedback aan de drie deelnemers die niet (uitbundig) deelnamen aan de vorige muziekgroep. De ene bewoonster gaf aan dat het niet 'Daar bij Die Molen' was die specifieke emoties losmaakte bij haar. Ze vertelde dat ze zich niet zo best en ziek voelde. Een dag later was ze werkelijk ziek geworden. Een andere deelnemer vertelde letterlijk niet de intentie te hebben om actief mee te zingen, maar wilde een kijkje komen nemen hoe de anderen het ervan afbrachten. Jef gaf aan niet meer te willen meezingen en spelen, omdat de muziekgroep uit enkel vrouwen bestaat en zingen, voor hem, iets is voor vrouwen. Ik kon de twee laatste deelnemers niet meer motiveren om te komen kijken naar de muziekgroepen.

Voor deze muziekgroep paste ik het 'Vijffasenplan' (Pauwels, 2009, p. 12- 18) opnieuw toe. Ik haal dit maar kort aan omdat ik hier voornamelijk de doelgroep, de bewoners wens voor te stellen en meer de nadruk leg op de begeleidingsstijl die ik hier aanneem, volgens 'De Roos van Leary' (Behrend, 2012, p. 85- 93). Voor deze muziekgroep ga ik de samenwerking aan met een gastheer, die de liedjes zal begeleiden met zijn piano. Volgens 'De Roos van Leary' bevind ik mij op de assen 'Boven- Samen' en 'Samen- Boven'. Voor verdere uitleg hiervan zie het deel 'Agogisch+ begeleidingshouding'.

Ik hou opnieuw rekening met de vorige doelen die vermeld staan in de twee vorige hoofdstukken. Ik maak opnieuw gebruik van een structurele indeling van de activiteit, mits plaats voor improvisatie. Tijdens deze muziekgroep zingen en spelen de gastheer en ik de liedjes 'Vrolijke Vrienden' en 'Daar bij Die Molen' voor. Op deze manier kunnen de deelnemers nadien meezingen en spelen met de muziekinstrumenten op de twee liedjes.

Ik dacht nog meer na over mijn methodisch handelen, waarin de volgende drie stappen centraal staan: voorbereiden- uitvoeren- evalueren. Methodisch handelen bestaat uit 4 delen: doelgericht handelen, bewust handelen, systematisch handelen en procesmatig handelen (Claes en Cokelaere, 2010, p.4- 8). Voor meer uitleg zie het deel 'Agogisch+ begeleidingshouding'.

Ik maakte de nodige praktische voorbereidingen, waardoor de muziekgroep tijdig van start kon gaan.

3.2 VIJFFASENPLAN

Voor de derde muziekgroep beschrijf ik kort het 'Vijffasenplan' (Pauwels, 2009, p. 12- 18), want ik wens in deze muziekgroep voornamelijk de doelgroep, de bewoners voor te stellen. Ik link deze muziekgroep aan mijn begeleidingsstijl, aangezien ik de samenwerking aanga met de gastheer. Ik heb deze persoon op deze muziekgroep uitgenodigd als gast. De gastheer is de nieuwe pater van het WZC. Hij is sinds twee maanden actief in het WZC. De bewoners kennen hem allemaal omdat hij veel contact zoekt met de bewoners en de personeelsleden en een enthousiaste houding heeft. Hij speelt piano aan de hand van noten en kent veel liedjes uit de jeugd jaren van de deelnemers. Het is de bedoeling dat hij de muziekgroep verder zet na mijn stageperiode. Ik maak nog concrete afspraken met hem over hoe hij de opvolging van de wekelijkse muziekgroepen ziet en wat mijn ervaringen hieromtrent zijn.

3.2.1 *Voorstelling bewoners*

De derde muziekgroep stel ik op voor een 17-tal bewoners, waarvan één persoon met dementie. Het gaat hier nog steeds over dezelfde doelgroep.

Hieronder volgt een korte voorstelling van elke deelnemer aan de muziekgroep. Ik maak hier gebruik van fictieve namen om de privacy van de deelnemers te respecteren.

Annie neemt meestal deel aan de verschillende activiteiten. Ze is sociaal, is wat stiller maar houdt ervan om deel te nemen aan de activiteit. Ze lacht vaak. Annie nam ook o.a. deel aan de volgende activiteiten georganiseerd door het animatieteam: het fotomoment, turnen, de nieuwsbabbel, het toneel, de gebruikersraad,... Annie houdt er van om rustig op haar kamer tv te kijken.

Martha zegt meestal dat ze een kijkje zal komen nemen naar de activiteit, maar doet over het algemeen mee. Ze praat graag en is graag in groep. Ze geeft dikwijls haar ongezuete mening over de activiteiten. Ik veronderstel dat dit is omdat ze vroeger lerares is geweest en gewoon was om leidend op te treden. Maar toch doet ze graag mee aan de activiteiten, bijvoorbeeld het fotomoment, de nieuwsbabbel, de spreuken en gezegden, kijken naar een dansgroep. Ze speelde vroeger piano, maar heeft dit moeten stoppen van zodra ze getrouwd was.

Antoinette woont sinds enkele maanden in het WZC en is nog wat stiller. Ze heeft goed contact met de anderen, ook tijdens de activiteiten. Ze lacht vaak. Haar moet je wat meer stimuleren om mee te doen aan activiteiten, mits wat meer uitleg wat de activiteit inhoudt. Antoinette nam o.a. deel aan: het fotomoment, de Wii- sport, bewegen op muziek,... Antoinette maakt dagelijks een wandeling in de buurt.

Charlotte is wat vergeetachtig, dus haar begeleid je best naar de plaats van de activiteit. Ze lacht vaak en doet mee met de activiteiten, bijvoorbeeld de Wii-sport, maken van muziekinstrumenten, bewegen op muziek, het deelnemen aan het fotomemoriespel,...

Ann zit in een rolstoel en doet bijna aan elke activiteit mee, bijvoorbeeld de Wii- sport, het maken van een dessert, bewegen op muziek, het deelnemen aan het fotomemoriespel. Zij lacht vaak in stilte en is meestal rustig. Ook houdt ze van tv kijken en breien.

Caroline is iemand die zelfstandig naar de activiteiten komt, ze zit in een rolstoel. Soms zegt ze dat ze niet komt, maar dan doet ze toch mee met de activiteit of andersom. Haar moet je meer feedback geven op haar gedrag, omdat ze dikwijls niet goed mee is. Maar ze werkt goed mee met de activiteiten. Zij speelde vroeger piano voor haar klas groep. Caroline nam deel aan de spelnamiddag, het fotomoment, bewegen op muziek,...

Andrea is een goedlachse vrouw, die telkens uitbundig meedoet met bijna alle activiteiten. Zij is graag in groep, maar houdt er ook van om rustig haar krant te kunnen lezen. Van haar krijg je veel feedback tijdens activiteiten. Zo deed Andrea mee aan de Wii- sport, het fotomoment, het deelnemen aan het fotomemoriespel, bewegen op muziek,... Zij maakt dagelijks een wandeling.

Josephine zit in een rolstoel, is rustig, doet graag mee aan de activiteiten, bijvoorbeeld het maken van een dessert, kaarten, de reminiscentie activiteit,... Ze doet op een rustige manier mee aan de activiteiten. Haar gelaatsuitdrukking toont dat ze hiervan geniet. Ze is graag in groep.

Jules doet af en toe mee aan de activiteiten, bijvoorbeeld de spreuken en gezegden, de nieuwsbabbel. Hem motiveer je best wel om deel te nemen, want hij zit dikwijls alleen op zijn kamer. Hij doet niet altijd actief mee, maar kijkt wel graag naar de activiteiten. Sommige activiteiten vindt hij kinderachtig, dit omdat hij vroeger een hoge functie had in zijn werk. Hij kijkt dikwijls naar tv op zijn kamer en leest verschillende kranten.

Hanna is iemand die graag en veel praat. Als ze kan, doet ze mee aan de activiteiten, want zij krijgt dikwijls bezoek van familie en vrijwilligers. Hanna deed mee aan turnen, het fotomoment, de Wii- sport,... Ook zij maakt dagelijks een wandeling.

Juliette is een zachtaardige mevrouw, die aan elke activiteit meedoet, bijvoorbeeld de reminiscentie activiteit, de dansnamiddag, bewegen op muziek,... Zij is graag in groep en zoekt veel contact met anderen. Tijdens het breien luistert ze naar muziek.

Colette is een goedlachse mevrouw, die altijd meedoet aan activiteiten als je het haar vraagt. Zij is rustig, maar doet goed mee aan de activiteiten zoals de kaartnamiddag, maken van muziekinstrumenten, de gezelschapsspel namiddag, de reminiscentie activiteit,... Ze zingt heel graag en zong vroeger in een koor. Colette zit in een rolstoel.

Brunhilde is iemand die je wat meer moet motiveren, maar ze doet graag mee als haar zus meedoet. Ze is de clown van de groep, maakt grapjes op haar manier. Brunhilde nam deel aan de Wii-sport, het fotomoment, bewegen op muziek,... Ook zij leest dagelijks de krant.

Mathilde zit in een rolstoel, doet graag mee aan activiteiten, mits wat motivatie en verdere uitleg. Zij nam deel aan o.a. volgende activiteiten: het fotomemoriespel, bewegen op muziek, het fotomoment,... Ze is rustig en houdt van humor. Ze houdt van breien in gezelschap.

Reinhilde is een spraakwaterval, houdt van zingen, houdt van praten. Ze is soms wat luidruchtig, maar geeft ook haar mening over activiteiten. Ze doet dikwijls mee aan de activiteiten en is gemotiveerd. Zij nam deel aan o.a. de volgende activiteiten: de reminiscentie, het fotomoment, bewegen op muziek,... Zij heeft leren zingen tijdens het huishouden bij andere families. Ook Reinhilde maakt dagelijks een wandeling.

Jef is wat moeilijker te motiveren voor sommige activiteiten, voornamelijk voor de muziekgroep, omdat hij graag luistert naar klassieke muziek. Hij komt soms een kijkje nemen naar de activiteit om te zien wat deze inhoudt. Hij nam deel aan o.a. de volgende activiteiten: bewegen op muziek, de zingnamiddag met kinderen van een basisschool,... Jef houdt van kaarten, leest elke dag de krant en vult de kruiswoordraadsels in. Ook hij maakt dikwijls een wandeling.

Christa heeft een vorm van dementie, zit in een rolstoel, is te motiveren voor activiteiten die met muziek te maken hebben. Ze speelde vroeger piano. Tijdens de muziekgroepen neemt ze niet actief deel, maar kijkt naar de activiteit. In de namiddag drinkt ze op de beneden verdieping haar koffie.

3.2.2 *Doelformulering (wat wil ik/de deelnemer?)*

3.2.2.1 Agogische doelen en Werkdoelen:

De derde muziekgroep heeft dezelfde doelen als de vorige twee muziekgroepen.

3.2.3 *Strategiebepaling*

3.2.3.1 Instrumenteel- technisch

De indeling is gelijkaardig aan de vorige twee muziekgroepen. Tijdens deze muziekgroep gaan we de liedjes 'Vrolijke Vrienden' en 'Daar bij Die Molen' spelen, mits begeleiding op de piano door de gastheer. Deze muziekgroep gaat door van 10 uur tot 11 uur in de eetzaal. Een uur is meer dan voldoende. Ook maken we tijdens deze muziekgroep opnieuw gebruik van de muziektteksten in een groter lettertype, waarin het refrein in fluo staat aangeduid en is vastgeniet. We zetten de stoelen in een kring, rekening houdend met de rolstoelgebruikers, waardoor dit de nodige veiligheid geeft. Deze indeling geeft het nodige

houvast, mits plaats voor improvisatie. Door muziek te maken in groep is dit een zinvolle invulling van de vrije tijd van de deelnemers.

Ik maak ook tijdens deze muziekgroep gebruik van volgende materialen:

- een gitaar + een statief
- partituren (groter lettertype, in fluo)
- nieuwe muziekinstrumenten (van thuis uit)
- een piano + een statief
- stoelen

Uit evaluatie van de vorige twee muziekgroepen, zijn deze materialen veilig en aantrekkelijk voor de deelnemers. Voor deze muziekgroep koos ik ervoor om te werken met nieuwe muziekinstrumenten. Deze zijn wel vergelijkbaar met de zak met instrumenten die aanwezig is op de stageplaats⁴. Er zit bijvoorbeeld een rammelaar in, castagnettes,...

Tussendoor is er oog voor korte pauzes. De muziekinstrumenten zijn gemakkelijk te bespelen. Ik herhaal een paar keer de gemaakte afspraken tijdens de muziekgroep. Deze muziekgroep gaat normaal gezien door in de eetzaal, waar ik gebruik kan maken van de microfoon. Indien deze eetzaal niet beschikbaar is, heb ik een alternatief achter de hand, een zaal die iets kleiner is, waar een meer gezellige sfeer hangt.

3.2.3.2 Agogisch+ begeleidingshouding

Ik stel me zoals in de vorige muziekgroepen rechttop, gebruik mijn stem en mijn gitaar. De gastheer gebruikt zijn stem en zijn piano. Ik start de activiteit door de deelnemers te bedanken aanwezig te zijn, maak opnieuw de nodige afspraken. De activiteit sluit ik af door nogmaals ons lied te spelen, samen met de pianobegeleiding van de gastheer en een applaus te vragen voor de gastheer. Ik maak met de deelnemers een nieuwe afspraak voor de week nadien. Tijdens deze muziekgroep probeer ik mijn begeleidingshouding aan te passen aan de doelgroep. Ik handel hier methodisch (Claes en Cokelaere, 2010, p. 4- 8). Methodisch handelen zorgt ervoor dat je meer voor jezelf nagaat hoe je iets zal aanpakken, hoe je stap voor stap tewerk zal gaan en je doelen kan bereiken. Je gaat hier niet intuïtief tewerk, maar je weet waarom je op een bepaalde manier handelt bij methodisch handelen. Je handelt hier niet meer vanuit het 'buikgevoel'.

Methodisch handelen bestaat uit 4 aandachtspunten:

- doelgericht handelen: de bewoners moeten er belang bij hebben. Ik denk na over de manier waarop ik de samenwerking kan aangaan met de gastheer, zodanig dat deze muziekgroep aangenaam blijft voor de bewoners en dus een zinvolle invulling van hun vrije tijd is (het doel vanuit de hulpvraag van de bewoners).
- bewust handelen: in welke mate heeft mijn gedrag invloed op de anderen? In welke mate heeft mijn leidersrol invloed op de bewoners en de gastheer?
- systematisch handelen: stap voor stap tewerk gaan. Op welke manier bereid ik me voor op die activiteit. Hoe stel ik mij op als begeleider? Ik kijk na op welke manier ik de rollen verdeel met de gastheer en maak samen met hem concrete afspraken. We voeren de activiteit uit en nadien volgt er een evaluatie.
- procesmatig handelen: ik stel mezelf de vraag of de activiteit aangenaam blijft verlopen voor de bewoners. Indien dit niet het geval is, hoe stuur ik dit bij?

Methodisch handelen bestaat dus uit de stappen voorbereiden, uitvoeren en evalueren. Hoe beter ik me voorbereid en rekening hou met onverwachte omstandigheden, hoe beter ik de activiteit kan uitvoeren. Door gebruik te maken van het 'Vijffasenplan' (Pauwels, 2009, p. 12- 18), werkte ik telkens methodisch.

⁴ Zie bijlage 3

De deelnemers moeten zich, volgens Behrend (2012, p. 84), voldoende veilig voelen bij een activiteit. Dit is niet enkel bepaald door de nodige structuur te hanteren (zie Instrumenteel- technisch), maar ook door de manier waarop je de groep begeleidt. De begeleider en diegene die begeleid wordt, moeten elkaar respecteren en accepteren. Ik moet me bewust zijn van mijn eigen waarden en normen en nagaan of deze overeenstemmen met die van de groep. Ik hecht veel belang aan: de mogelijkheden van de cliënt, respect, humor, echtheid, onvoorwaardelijke acceptatie. Ik weet, door observaties, dat de deelnemers ook veel belang hechten aan respect, humor en echtheid.

'De Roos van Leary'⁵ (Behrend, 2012, p. 85- 91) is een model waarin je je begeleidingshouding kan ontdekken. Ik stel me de volgende vraag: "Welke effect kan mijn begeleidingshouding hebben op de groep en de gastheer?" Ook kan je, naar aanleiding van dit model, naar het gedrag van cliënten kijken. Ik denk dat ik mij tijdens deze derde muziekgroep 'Boven- Samen' bevindt: ik stel me leidend en solidair op, waardoor de andere vriendelijk volgzzaam is. Hier kan die andere zowel de gastheer zijn, als de deelnemers. Het gedrag van de gastheer en de deelnemers zal dan op zich ook een invloed hebben op mijn gedrag. Gedrag is dus altijd een reactie op het gedrag van anderen. Het gaat hier dus over gedragingen van personen, niet om de persoon zelf (onvoorwaardelijke acceptatie).

Het is mogelijk dat personen in de ene situatie op een bepaalde manier reageren en in een andere situatie op een andere manier. Het is niet omdat ik me voor de muziekgroep in de 'Boven- Samen' as bevind en me leidend opstel, dat ik dit me altijd zo gedraag. Ik bevind me voor deze muziekgroep op de grens tussen: 'Boven- Samen' en 'Samen- Boven'. Ik bevind me tussen 1 en 2, namelijk helpen, begeleiden, vriendelijk, steunen. Te ver doorgevoerd gedrag op deze assen werkt nefast, volgens Behrend. Ik sta op sector 1: leidinggevend gedrag, omdat ik begeleid, adviseer, help, aanbied. Ik bied structuur en hou vast voor de deelnemers, ik heb zelfvertrouwen. Ook bevind ik mij op sector 2: helpend gedrag, omdat ik steun geef, meevoel, vriendelijk en voorzichtig ben. Ik geef veel aanmoedigingen (door positieve feedback), ik laat de ander er niet alleen voor staan en neem de leiding op mij en ga dus de samenwerking aan met de gastheer. Bij deze doelgroep en deze activiteit zullen deze twee sectoren, 'Boven- Samen' en 'Samen- Boven', het meest succesvol zijn.

3.2.3.3 Praktische voorbereiding

Bij de afsluiting van de tweede muziekgroep nodigde ik iedereen uit voor de volgende muziekgroep. Ik vermeld deze activiteit een dag op voorhand op het bord. Voor aanvang van de activiteit roep ik deze uit in de microfoon en haal ik de bewoners van hun kamer. De benodigdheden weet ik liggen en kan ik bedienen, behalve op de piano van de gastheer kan ik niet spelen. Normaal gezien is de ruimte beschikbaar, waar voldoende tafels en stoelen zijn. Twee dagen voor de activiteit repeteer ik samen met de gastheer de twee liedjes en maak ik met hem concrete afspraken.

Ik hou mijn methodisch handelen (Claes en Cokelaere, 2010, p. 4- 8) voor ogen.

3.2.4 *Uitvoering*

Deze derde muziekgroep verliep volgens plan. De volgende bewoners namen niet deel aan de muziekgroep: Annie (wegens ziekte), Jules (hij verwachtte bezoek voor 'Allerzielen'), Brunhilde (zij had geen zin om deel te nemen deze week), Jef (hij zei dat de muziekgroep enkel uit vrouwen bestaat en dat zingen iets is voor vrouwen). Er zijn echter twee bewoners die voor de eerste keer deelnamen aan de muziekgroep. Zij deden actief mee met de liedjes.

⁵ Zie bijlage 2

We zijn tijdig van start kunnen gaan, omdat ik alles op tijd had klaargezet en de bewoners was gaan halen. Door voor de repetitie en het begeleiden van de derde muziekgroep na te denken over mijn methodisch handelen (Claes en Cokelaere, 2010, p. 4- 8), handelde ik nog meer bewust. Ik hield in mijn achterhoofd welk effect mijn begeleidingshouding kan hebben op de groep (Behrend, 2012, p. 85- 91). De activiteit leidde ik in door de gastheer voor te stellen en hem een applaus te geven. De gastheer en ik startten door het lied 'Vrolijke Vrienden' voor te doen. Hier bevond ik mij op de as 'Boven- Samen', waardoor dit de nodige structuur gaf aan de deelnemers. Nadien konden de deelnemers kiezen welk instrument ze wensten te bespelen. Ze kregen de tekst en zongen het gehele liedje mee, niet enkel het refrein. Ik liet hen de keuze of ze het gehele liedje wilden meezingen of enkel het refrein. Volgens 'De Roos van Leary' (Behrend, 2012, p. 85- 91) bevond ik mij op de as 'Samen- Boven': ik voelde hier mee, omdat ik me kon inbeelden dat ze het volledige liedje eens wilden zingen. Ik ging hier de samenwerking aan met de gastheer.

Tijdens de voorbereiding met de gastheer, merkte ik op dat hij een klassiekere kijk heeft op muziek dan ik voor ogen heb met deze muziekgroepen. Hij kent notenleer, ging naar het conservatorium, en ik speel muziek op een laagdrempelige manier met akkoorden. Bij hem staat het zingen op de voorgrond, bij mij het zingen in combinatie met de instrumenten te bespelen, op voorwaarde dat dit plezierig blijft voor elke deelnemer. Zo kwam ik tot de ontdekking dat we allebei onze eigen visie en stijl van begeleiden hebben van de muziekgroepen, wat niet wil zeggen dat de ene stijl beter is dan de andere. Gedurende deze muziekgroep was de samenwerking met de gastheer goed, ondanks onze verschillende visie, en kon ik voldoende de leidersrol op mij nemen om de muziekgroep in goede banen te leiden.

Bij het liedje 'Daar bij Die Molen' had ik de indruk dat er wat door elkaar gezongen werd. Ik denk dat dit komt omdat er pianobegeleiding bij was en omdat het de eerste keer was dat ze het liedje volledig zongen i.p.v. het refrein. De deelnemers waren minder enthousiast dan de vorige keer en enkelen hadden ook door dat er te veel door elkaar werd gezongen. Dit was te merken aan hun non-verbale communicatie. De datum kan ook een invloed gehad hebben: 'Allerzielen'. Hierdoor kan het zijn dat ze niet in de stemming waren om uit volle borst mee te zingen. Ik ving van een paar deelnemers op dat ze wat minder konden zingen, omdat ze verkouden waren. Hierop antwoordde ik dat ik blij was dat ze toch gekomen zijn.

Op het moment dat ik merkte dat de deelnemers door elkaar zongen, ben ik beginnen inspelen op de groep en deed ik teken naar de gastheer, hierdoor speelden we trager. Hier bevond ik me volgens 'De Roos van Leary' (Behrend, 2012, p. 85- 91) 'Boven- Samen': ik begeleidde de groep, mits samenwerking met de gastheer. Ik bood structuur voor de deelnemers door de activiteit duidelijk in te delen. Bij 'Daar bij Die Molen' stelde ik voor om dit een paar keer te zingen en te spelen. Na verloop van tijd was iedereen mee met het ritme en mooier op elkaar ingespeeld. Ik merkte ook dat de deelnemers hierdoor enthousiaster waren. Ik sloot de activiteit af door nogmaals iedereen te bedanken voor hun komst, hun enthousiasme en vroeg een applaus voor de gastheer.

3.2.5 *Evaluatie*

Productevaluatie

In opvolging van de vorige muziekgroepen en de doelen, zijn deze doelen reeds bereikt. Na verloop van deze muziekgroep merkte ik dat de deelnemers er plezier aan beleefden en enthousiaster werden.

Procesevaluatie

De beginsituatie was goed ingeschat, doordat ik een deelnemerslijst had van de vorige twee muziekgroepen. Ik had er rekening mee gehouden dat de deelnemers wat minder enthousiast zouden zijn omdat het 'Allerzielen' was en omdat er veel zieken zijn. Ook had ik verwacht dat er meer deelnemers bezoek zouden krijgen van hun familie. Tijdens de muziekgroep kon ik de nodige observaties uitvoeren en dus inspelen op de groep. De activiteit was voldoende gestructureerd; ik maakte gebruik van een inleiding, midden en slot. De benodigdheden waren aanwezig en voldoende veilig. De ruimte was beschikbaar en de deelnemers waren voldoende geïnformeerd. Ik paste mijn begeleidingsstijl af op de deelnemers van de muziekgroep en op de samenwerking met de gastheer.

Deze derde muziekgroep verliep wat minder gestructureerd in het begin, maar na verloop van tijd speelde iedereen op elkaar in en beleefden de deelnemers er plezier aan.

Mee te nemen naar de vierde muziekgroep:

- sneller inspelen op de groepsdynamiek bij het zingen
- stoppen met muziek spelen als dit te veel door elkaar is en opnieuw beginnen
- vragen of de deelnemers nadachten over een groepsnaam

Voor de vierde muziekgroep maak ik gebruik van het liedje 'Vrolijke Vrienden' en een nieuw liedje 'De Lichtjes van De Schelde'. Ik introduceer hier nieuwe muziekinstrumenten en leg meer de nadruk op de instrumenten en hun appels op de deelnemers en de groep.

3.3 BESLUIT

Bij deze muziekgroep waren er 4 deelnemers die niet deelnamen om verschillende redenen. Er zijn echter twee bewoners die voor de eerste keer deelnamen aan de muziekgroep.

De derde muziekgroep ging wat trager van start. De deelnemers waren wat minder enthousiast. Ik denk dat dit te maken heeft omdat deze muziekgroep doorging op 'Allerzielen'. Hierdoor waren de deelnemers waarschijnlijk minder in de stemming om muziek te maken en te zingen. Ook was het de eerste maal dat de deelnemers de liedjes 'Vrolijke Vrienden' en 'Daar bij Die Molen' volledig zongen en niet enkel invielen op het refrein. Deze muziekgroep was anders, omdat er een gastheer aanwezig was die piano speelde.

Ik had de indruk dat bij 'Daar bij Die Molen' niet iedereen samen zong. Ik merkte dit op, o.a. door de non-verbale communicatie van enkele groepsleden en door observatie, en speelde hierop in. Nadat we dit liedje een paar keer hadden gezongen en gespeeld, vormde de groep mooi een geheel en zag ik meer lachende gezichten. Hierdoor had ik de indruk dat deze muziekgroep na verloop van tijd plezierig was voor hen en hun vrije tijd hierdoor zinvol werd ingevuld. Tijdens deze muziekgroep hield ik nog meer rekening met mijn methodisch handelen (Claes en Cokelaere, 2010, p. 4- 8). Ik stelde mezelf de volgende vraag: "Welk effect heeft mijn begeleidingshouding op de groep en de gastheer?" (Behrend, 2012, p. 85- 91). Ik paste mijn begeleidingsstijl af op de leden van muziekgroep en op de gastheer.

De nodige praktische voorbereidingen waren gemaakt, ik kon de beginsituatie goed inschatten.

Tijdens de volgende muziekgroep introduceer ik nieuwe instrumenten en maak ik gebruik van de appels die uitgaan van de instrumenten. De volgende liedjes komen aan bod in de vierde muziekgroep: 'Vrolijke Vrienden' en 'De Lichtjes van De Schelde'.

4 DE LICHTJES VAN DE SCHELDE

4.1 INLEIDING

Voor de vierde muziekgroep introduceer ik een nieuw liedje: 'De Lichtjes van De Schelde.' Dit is tevens de titel van dit hoofdstuk. Naarmate de muziekgroepen vorderen, stap ik meer en meer af van het 'Vijffasenplan' (Pauwels, 2009, p. 12- 18). Dit plan was voornamelijk voor de eerste muziekgroepen bruikbaar als structuur, vanaf nu hou ik dit meer in mijn achterhoofd.

De indeling van deze muziekgroep is gelijkaardig aan de vorige drie muziekgroepen. We gaan onmiddellijk van start met 'Vrolijke Vrienden' zonder dat ik dit eerst voortoon, omdat de deelnemers dit liedje reeds voldoende kennen. Herhaling is wel goed, maar te veel herhaling wordt dan routine, wat zeker niet de bedoeling is van deze muziekgroepen.

Tijdens de vierde muziekgroep leg ik meer en uitgebreider de nadruk op de muziekinstrumenten en de appels die deze instrumenten kunnen losmaken bij de deelnemers (Behrend, 2012, p. 41- 45). Er zijn drie soorten appels, namelijk: sensopatische, dimensionele en thematische appels. Hieronder beschrijf ik wat bedoeld wordt met deze appels. Ik plan meer tijd in voor het kiezen van het instrument dat past bij elke deelnemer. In bijlage 3 zie je foto's van de muziekinstrumenten die ik gebruik, om zo een beeld te kunnen vormen. De instrumenten die ik gebruik, zijn deels van thuis, deels van de stageplaats en/ of zelfgemaakt samen met enkele bewoners. Mijn stageplaats beschikt over een zak met muziekinstrumenten, die nauwelijks wordt gebruikt, hier breng ik verandering in. Ook vraag ik tijdens deze muziekgroep of de deelnemers reeds hebben nagedacht over de groepsnaam, dit met de bedoeling om het groep- en samenhorigheidsgevoel te benadrukken. Naarmate de muziekgroepen meer en meer bijeenkomen, merk ik dat het steeds dezelfde trouwe deelnemers zijn.

'De Lichtjes van De Schelde' begeleid ik een deel met de tamboerijn en het refrein met mijn gitaar. Ik speel hier met een tamboerijn, omdat ik het ritmegevoel van de deelnemer wil aanwakkeren. Ik hou voor ogen om onze eigen versie te maken van dit lied, een versie die typerend is voor onze muziekgroep, dit op voorwaarde dat het maken van muziek in groep plezierig blijft.

4.2 MUZIEKINSTRUMENTEN

"Muziek is de taal van het hart, bewegen het ritme van het leven. "(De Metronoom, 2009, online). Dit citaat vond ik passend voor deze muziekgroep omdat ik meer nadruk leg op het ritmegevoel van de deelnemers. In bijlage 3 vind je een overzicht van de muziekinstrumenten die ik o.a. gebruik voor de vierde muziekgroep, bij het liedje 'De Lichtjes van De Schelde'. Ik leg hier meer de nadruk op de muziekinstrumenten en wat deze instrumenten teweeg brengen bij de deelnemers van de muziekgroep. Het plezier beleven door deze muziekinstrumenten te bespelen en te zingen in de groep staat hier nog steeds voorop. Aangezien er op mijn stageplaats een zak met muziekinstrumenten ligt, die nauwelijks wordt gebruikt, wens ik hier tijdens deze muziekgroep meer aandacht aan te schenken.

4.2.1 *Gebruikte muziekinstrumenten*

Tijdens de muziekgroepen maakte ik gebruik van o.a. volgende muziekinstrumenten: schudeitjes, stokken, schudders, rammelaars, tamboerijnen, castagnettes, een bongo, klappers, bellen, triangel en de zelfgemaakte muziekinstrumenten.

Hieronder beschrijf ik op welke manier je deze muziekinstrumenten kan bespelen en welk soort geluid ze voortbrengen.

Met de eitjes kan je schudden, waardoor je het geluid van regen hoort. De twee stokken kan je op elkaar slaan, wat een houterig geluid geeft. Naargelang de lengte en dikte van de stokken komt er een verschillend geluid uit. De stok met inkepingen doet denken aan een raspgeluid. De andere stokken leveren een hol houterig geluid. De schudders klinken verschillend, naargelang de vulling, grootte en vorm. De rammelaars kennen we allemaal uit onze babytijd. De houten rammelaars klinken zachter dan diegene uit plastic. Ik maakte gebruik van 4 verschillende tamboerijnen. De zwarte tamboerijn klinkt het luidst. Diegene met een houten ring, zonder vel, is zachter van geluid. Er zijn twee tamboerijnen met een vel. Het is de bedoeling dat je op het vel slaat, al dan niet met een stok. De castagnettes waren moeilijker te gebruiken, wat meer inspeelt op de fijne motoriek. Je stopt het koord tussen je middelvinger en duim en je maakt geluid door de castagnettes tegen de handpalm te slaan. De bongo kan je gebruiken door op de vellen hard of zacht te slaan. Afhankelijk van welke trom je bespeelt komt er een ander geluid uit. De klappers maken een feller geluid door ermee te schudden. De bellen zijn zeer eenvoudig te gebruiken door ermee te bewegen. Afhankelijk van de grootte van de bellen wordt er ander geluid geproduceerd. De triangel gebruik je door met de stok op de driehoek te slaan, wat een fel geluid geeft.

Andere muziekinstrumenten werden door enkele deelnemers van de muziekgroepen gemaakt tijdens een activiteit die ik begeleidde. We gebruikten hiervoor gerecycleerd materiaal zoals lege flessen en blikken. De doorzichtige flessen vulden we op met deegwaren die de deelnemers schilderden in verschillende kleuren. In de blikken staken we kikkererwten, waarna we de buitenkant schilderden in een fel kleurenpalet. Deze instrumenten hebben de deelnemers gebruikt door ermee te schudden.

4.2.2 *Appelwaarden vanuit de muziekinstrumenten*

Ik heb al eens kort aangehaald in hoofdstuk 1 'Vrolijke Vrienden', dat muziekinstrumenten verschillende appels kunnen losmaken bij de deelnemers aan de hand van de theorie van Behrend (2012, p. 41- 45). Hieronder pas ik deze theorie toe.

Ik hou hierbij rekening met de mogelijkheden die in het materiaal, hier de muziekinstrumenten, aanwezig zijn: wat de muziekinstrumenten losmaken bij een persoon, dus de appelwaarden van het instrument. Het gaat hier over de aantrekkelijkheid, de prikkels die de muziekinstrumenten losmaken bij de deelnemers. Tijdens deze muziekgroep schenk ik meer aandacht aan de muziekinstrumenten en reken ik hiervoor meer tijd in deze muziekbijeenkomst. De deelnemers zullen op drie verschillende manieren uitgenodigd worden: door sensopatische appels, dimensionele appels en thematische appels. Ik laat de instrumenten rondgaan in de groep, ze mogen op zoek gaan naar dat instrument waarmee ze muziek wensen te maken. Dit is afhankelijk van persoon tot persoon.

4.2.2.1 Sensopatische appels

Het gaat hier over de beleving in de directe, zintuiglijke of lichamelijke omgang met de muziekinstrumenten. De zintuigen zijn: horen, zien, voelen, ruiken, smaken.

Het kan bijvoorbeeld voorkomen dat het geluid van de tamboerijn de deelnemer doet denken aan de Kerstman. Het zien van het gele schudeitje doet een deelnemer bijvoorbeeld denken aan de zon. Het vel van de tamboerijn doet de deelnemer aan iets anders herinneren. Het luisteren naar dat ene liedje kan je doen denken aan de dag op een kermis.

4.2.2.2 Dimensionele appels

Deze appels hangen af van de ruimte waar de muziekgroep doorgaat en de mogelijkheden die de deelnemers zien om hierin te bewegen, te hanteren en te manipuleren. Hierbij gaat het niet om het resultaat, wel om het proces. De muziekgroepen hebben als hoofddoel plezierig te zijn voor de deelnemers. Het is niet de bedoeling dat tijdens de muziekgroepen en

het optreden elke deelnemer op het juiste moment en op de juiste toon moet invallen. Het is veeleer de bedoeling om samen te zingen.

De omgeving en het tijdstip van de activiteit zijn van belang. Deze muziekgroep gaat door in de eetzaal, wat niet zo'n aantrekkelijke ruimte is. Ik zorg voor sfeer door de stoelen in een kring te zetten. De muziekinstrumenten leg ik in een grote mand, waaruit de deelnemers hun keuze kunnen maken. Op deze manier is dit aantrekkelijk voor de deelnemers.

4.2.2.3 Thematische appels

De muziekgroep is uitnodigend doordat de deelnemer hier een betekenis heeft aan gegeven. De muziekgroep kan een plezierige betekenis hebben voor de deelnemers. Het zijn associaties van de deelnemers die ze geven aan activiteiten en voorwerpen. Het bespelen van de tamboerijn doet de deelnemers bijvoorbeeld denken aan hun vroegere klas, waarbij ook gebruik werd gemaakt van een tamboerijn. Het schudden van het eitje geeft de deelnemer bijvoorbeeld een positief gevoel. De deelnemers associëren de muziekgroepen met het opnieuw kunnen zingen.

4.3 INDELING VAN DE VIERDE MUZIEKGROEP

4.3.1 *Instrumenteel- technisch*

De indeling van deze muziekgroep is gelijkaardig aan de vorige muziekgroepen. In de vierde muziekgroep vraag ik aan de deelnemers of ze reeds hebben nagedacht over een groepsnaam. Dit is een link naar één van de acht domeinen van Schalock, namelijk 'zelfbepaling' (Van Hove, V., 2007, p.22, 33). Ik trek hier meer tijd uit om de instrumenten te laten rondgaan in de groep. Nadien kunnen de deelnemers spelen met een instrument dat ze zelf mochten kiezen uit de mand en dus de nodige appels losmaakt bij hen (zie hierboven). Na afloop vraag ik feedback aan de deelnemers, op deze manier weet ik of ze de muziekgroep als aangenaam ervaren hebben.

4.4 UITVOERING VAN VIERDE MUZIEKGROEP

Tijdens deze muziekgroep stonden de appels die de muziekinstrumenten losmaken bij de deelnemers centraal (Behrend, 2012, p. 41- 45). De activiteit is goed verlopen. Ik kon tijdig beginnen met de vierde muziekgroep.

We zijn deze muziekgroep begonnen met 'Vrolijke Vrienden' volledig te zingen, zonder dat ik dit liedje voordeed. Nadien liet ik de deelnemers kiezen uit de muziekinstrumenten en liet ik de nodige tijd om de deelnemers aan de instrumenten te laten voelen, geluid mee te maken, ... Op dat moment zag ik veel lachende gezichten. Ik liet de instrumenten doorschuiven in de kring. Na verloop van tijd vroeg ik aan de deelnemers of iedereen dat instrument had waar hij muziek mee wilde maken. Er waren twee bewoners die liever iets anders wilden en ik ging samen op zoek naar hun instrument. Nadien gaf ik een voorbeeld van onze eigen versie van 'De Lichtjes van De Schelde'. Hierna deelde ik de tekst uit en konden de deelnemers meespelen en zingen op het refrein van het liedje. De eerste maal verliep dit niet zo vlot, wat enkele deelnemers ook mondeling en non-verbaal aangaven. Ik denk dat dit te wijten is omdat ik het couplet begeleidde met een tamboerijn en dus zonder mijn gitaar. Ik wilde het ritmegevoel van de deelnemers aanwakkeren. Na dit enkele maal te herhalen en mee te tellen, lukte dit beter.

Op een bepaald moment laste ik een korte pauze in en stelde ik de vraag aan de deelnemers of ze vroeger veel zongen en of ze een instrument bespeeld hebben. De groep reageerde hier positief op en de deelnemers gingen hierover in gesprek. Door muziek van uit hun jeugd te maken, werden de nodige herinneringen boven gehaald bij de deelnemers en

zo kwamen ze hierover in gesprek. De Metronoom (2009, dvd) vermeldt dat de kracht van muziek inhoudt dat we herinneringen kunnen herleven.

Nadien zongen we nog eenmaal 'Vrolijke Vrienden' als afsluiter en stelde ik de vraag of de deelnemers reeds hadden nagedacht over een groepsnaam. Er kwamen vijf voorstellen, waaronder één voorstel: 'De Oude Wijvekes'. Iedereen vond dit grappig. Ik hield een korte stemming en vanaf toen heet onze muziekgroep 'Scheldeghalm'.

Bij het afsluiten van de muziekgroep bedankte ik de groep voor hun opkomst en nodigde ik iedereen uit voor de volgende muziekgroep, waarbij ik voortaan onze nieuwe naam op het bord zal vermelden.

4.5 EVALUATIE (PRODUCT- EN PROCES)

Aan de lachende gezichten te zien van de deelnemers kan ik besluiten dat deze muziekgroep de nodige appels (Behrend, 2012, p. 41- 45) heeft kunnen losmaken en dat ze hieraan plezier beleefden, ondanks dat de start van 'De Lichtjes van De Schelde' moeizaam verliep. Door de vorige drie muziekgroepen, kan ik een betere inschatting maken. De muziekgroep was goed opgebouwd, er was voldoende tijd beschikbaar, alle benodigdheden waren aanwezig.

Ik maakte een combinatie van muziekinstrumenten die ik meebracht, van instrumenten aanwezig op de stageplaats en zelfgemaakte instrumenten⁶. Deze muziekgroep ging door in een kleinere ruimte, waar ik geen gebruik kon maken van een microfoon. Dit was niet storend en zorgde voor de nodige gezellige sfeer. Deze muziekgroep was voldoende veilig, omdat de deelnemers elkaar nu meer en meer beginnen te kennen en een vaste groep vormen. De meeste deelnemers komen nu wekelijks terug, waardoor er een groepsgevoel en samenhangsgevoel ontstaat. Deze muziekgroep was zeker uitnodigend, vooral het deel waar ik beroep deed op het ritmegevoel van de deelnemers. Mijn begeleidingsstijl paste ik aan aan de deelnemers. Ik leidde meer het moment waarop de deelnemers speelden met hun muziekinstrumenten in het ritme. Nadien nam ik meer de rol op van ondersteuner. De deelnemers waren voldoende voorbereid en wisten waar en hoe laat deze vierde muziekgroep plaatsvond. De collega's waren ook op de hoogte van deze muziekgroep omdat deze vermeld stond op de activiteitenkalender.

Wat ik anders zou doen voor de volgende, vijfde muziekgroep:

- bij het instrumentale stuk tel ik van bij het begin mee met het ritme

⁶ Zie bijlage 3

4.6 BESLUIT

De vierde muziekgroep kon ik tijdig starten en alle benodigdheden waren aanwezig. Ik merkte dat de deelnemers het liedje 'Vrolijke Vrienden' goed kennen en graag zingen.

Op het moment dat de deelnemers de muziekinstrumenten lieten rondgaan en hun keuze bepaalden, zag ik veel lachende gezichten. Ze kregen voldoende tijd om op zoek te gaan naar dat instrument dat echt bij hen paste. Ik wilde hier meer nadruk leggen op de appels die deze instrumenten konden losmaken bij de deelnemers. Er zijn drie soorten appels, namelijk: sensopatische, dimensionele en thematische appels (Behrend, 2012, p. 41- 45).

Bij de introductie van 'De Lichtjes van De Schelde', waar ik een voorbeeld toonde van hoe ik onze eigen versie in gedachten had, merkte ik dat dit niet zo vlot verliep. Dit was waarschijnlijk doordat ik dit liedje deels met een tamboerijn begeleidde en deels met mijn gitaar. Ik deed dit bewust om in te spelen op het ritmegevoel van de deelnemers. Ik merkte dit op en toen ik meetelde met het ritme, vonden de deelnemers gemakkelijker met hun instrumenten dat ritme terug. Ook hield ik in het oog of dit aangenaam en plezierig bleef voor de deelnemers. Dit was het geval, door meer en meer dat liedje te herhalen.

Op het moment dat er tijd was voor een korte pauze, ging de groep in gesprek over welke instrumenten ze vroeger bespeelden, of ze vroeger vaak gezongen hebben. Ik merkte dat de deelnemers hier graag over spraken. Nadien sloten we deze muziekgroep af met ons lijflied en vraag naar de groepsnaam. Ik merkte hier ook dat de deelnemers samen op zoek gingen naar een groepsnaam en er ontstonden grappige momenten. Uiteindelijk, na een korte stemming, koos onze muziekgroep de naam 'Scheldeghalm'.

Deze vierde muziekgroep was geslaagd. Dit was te merken aan de deelnemers.

Voor de vijfde muziekgroep introduceer ik een nieuw liedje, namelijk 'Het Kleine Café aan De Haven'.

5 HET KLEINE CAFÉ AAN DE HAVEN

5.1 INLEIDING

Voor deze muziekgroep introduceer ik ons laatste liedje: 'Het Kleine Café aan De Haven'. We hebben onze vier liedjes voor het optreden kunnen spelen, namelijk: 'Vrolijke Vrienden', 'Daar bij Die Molen', 'De Lichtjes van De Schelde' en 'Het Kleine Café aan De Haven'. De volgende twee muziekgroepen concentreren we ons op het optreden en herhalen we de reeds geziene liedjes.

In dit hoofdstuk pas ik het model van Schalock (Van Hove, V., 2007, p. 30- 64) toe, namelijk de levenskwaliteit die afhangt van de acht levensdomeinen (zie hieronder beschreven). Ik pas ook deze levensdomeinen kort toe op alle muziekgroepen en op de visie van de stageplaats. Het is niet de bedoeling dat ik uitgebreid ga evalueren of deze levensdomeinen bereikt zijn met behulp van bijvoorbeeld vragenlijsten. Het is wel de bedoeling dat ik deze levensdomeinen kort aanhaal om de lezers een idee te geven wat deze acht domeinen inhouden. Zo kunnen ze zich een beeld vormen van wat 'levenskwaliteit' omvat. Ik wil dat de muziekgroepen laagdrempelig en dus plezierig blijven. Ook evalueer ik deze vijfde muziekgroep met het oog op de volgende twee muziekgroepen en het optreden van 'Scheldeghalm'.

5.2 LEVENSKWALITEIT: TOEGEPAST OP DE MUZIEKGROEP(EN) EN DE STAGEPLAATS

"Op welke wijze kan het creëren van muziek de levenskwaliteit van ouderen in een WZC verhogen?" Naar aanleiding van deze vraagstelling van mijn bachelorproef, pas ik het model van Schalock kort toe op de vijfde en de vorige muziekgroepen.

Hierin staan acht levensdomeinen centraal. Indien deze acht levensdomeinen bereikt zijn, kan men spreken van 'levenskwaliteit' of 'kwaliteit van bestaan'. Dit hoofdstuk is een toepassing van het boek 'De begeleider als bruggenbouwer' (Van Hove, V., 2007, p. 30- 64).

De acht levensdomeinen zijn:

- Emotioneel welbevinden
- Interpersoonlijke relaties
- Materieel welbevinden
- Fysiek welbevinden
- Persoonlijke ontwikkeling
- Zelfbepaling
- Deelname aan de samenleving
- Rechten

Eigenlijk zijn deze acht levensdomeinen voor iedereen van belang, jong en oud, als je wil spreken van 'kwaliteit van bestaan'. Ga voor jezelf maar eens na of deze acht domeinen ingevuld zijn. Bij personen die wij begeleiden als opvoeders, is het aangewezen om hen hierin te ondersteunen.

Bij de opstart van de vijfde muziekgroep hou ik deze acht levensdomeinen in mijn achterhoofd. Het is hier niet de bedoeling dat ik naga of deze levensdomeinen allemaal bereikt zijn aan de hand van bijvoorbeeld een vragenlijst, wat soms wel wordt gedaan in onderzoeken. Ik maakte bijvoorbeeld wel gebruik van het domein 'zelfbepaling' bij het vragen naar de groepsnaam, zoals reeds vermeld in het vorige hoofdstuk. Hieronder volgt een korte uitleg over alle acht domeinen. Op deze manier is het voor de lezers van deze bachelorproef duidelijker wat verstaan wordt onder deze levensdomeinen, toegepast op de muziekgroepen en de visie van de stageplaats.

De volgende twee muziekgroepen zullen een herhaling zijn van de vier liedjes die we reeds speelden: 'Vrolijke Vrienden', 'Daar bij Die Molen', 'De Lichtjes van De Schelde' en 'Het Kleine Café aan De Haven'. We doen dit met het oog op ons optreden, dat binnen een aantal weken plaatsvindt.

5.2.1 *Emotioneel welbevinden*

Het gaat hier over veiligheid, geluk, een positief zelfbeeld. Dikwijls wordt hier minder aandacht aan besteed, omdat de nadruk eerder ligt op het medische. Gedurende mijn gehele stageperiode merkte ik dat dit het geval was. In het WZC wordt in de eerste plaats nadruk gelegd op het medische en minder op de gemoedstoestanden van de bewoners. Hier bracht ik verandering in door, zoveel als ik kon, de nadruk te leggen op de gemoedstoestanden van de bewoners.

Tijdens de muziekgroepen stond 'plezier beleven aan het samen maken van muziek in een groep' centraal. Ik kan wel stellen dat dit hoofddoel zeker bereikt is. Dit omdat ik merk dat de deelnemers gemotiveerd blijven om deel te nemen en ik, tijdens de muziekgroep veel lachende gezichten zie en er steeds tijd is voor een grapje. Ook hou ik steeds in het oog hoe de groepsleden op elkaar reageren tijdens het maken van muziek. Ik zorg ervoor dat iedereen mee is en zich goed voelt en stuur eventueel bij.

5.2.2 *Interpersoonlijke relaties*

Hier staan vriendschap, persoonlijke relaties en sociaal netwerk centraal. De muziekgroepen zijn een stimulans om vriendschappen op te bouwen met de deelnemers die een gemeenschappelijke interesse hebben, namelijk muziek. Ik activeer de deelnemers om wekelijks deel te nemen aan de muziekgroep en zo ontstaat er een hechte groep waar ze zich geborgen voelen. Het is de bedoeling dat deze muziekgroep kan blijven bestaan na mijn stageperiode.

De animatieactiviteiten in het WZC zorgen ervoor dat er vriendschappen ontstaan, onderling tussen de bewoners, maar ook tussen bewoners en vrijwilligers bij bijvoorbeeld de uitstap naar de markt van Deinze. Ook wordt er steeds de nadruk gelegd op het sociaal netwerk van de bewoners. De familie is altijd welkom in het WZC. Zo zijn er enkele familieleden, personeelsleden onverwachts komen meezingen tijdens de muziekgroepen.

5.2.3 *Materieel welbevinden*

De bewoner heeft eigendom en bezittingen. Het gaat hier over oog houden voor een comfortabele omgeving. Elke bewoner in het WZC heeft zijn eigen kamer, waar de bewoner eigen bezittingen kan plaatsen, bijvoorbeeld een foto, een zetel, een radio,... Gedurende de muziekgroepen zorgde ik ervoor dat ik genoeg muziekinstrumenten bij mij had, waardoor iedereen een instrument kon uitkiezen en hiermee muziek kon maken.

5.2.4 *Fysiek welbevinden*

De cliënt is gezond, krijgt de nodige medische verzorging en er wordt een zinvolle invulling van hun vrije tijd voorzien door opzetten van animatieactiviteiten. Dit sluit aan op de visie van de stageplaats, waarin extra aandacht wordt besteed aan hulpbehoevenden en/ of personen met dementie. Gedurende de dagelijkse briefings wordt hier aandacht aan besteed door het team.

Tijdens de muziekgroepen zorgde ik er telkens voor dat de deelnemers elkaar goed konden zien, zodanig dat hun ogen niet te veel vermoeid werden. Ook drukte ik de teksten af in een groter lettertype en duidde ik het refrein aan in fluo. De stoelen waarop de deelnemers zaten, die niet rolstoel gebonden waren, hebben een zachtere rugleuning. Indien een

deelnemer naar het toilet moest tijdens de muziekgroep, mocht die dat van mij, dit vanwege haar incontinentie. Op deze manier is deze deelnemer meer gerust.

5.2.5 Persoonlijke ontwikkeling

Het levenslang leren staat hier centraal, toegepast op de muziekgroepen staan de creatieve vaardigheden voorop. Je bent nooit te oud om te leren. De deelnemers konden zelf kiezen om deel te nemen aan de muziekgroepen, waar het tempo en de keuze van de liedjes aangepast was aan hen.

De bewoners leerden spelen met muziekinstrumenten die ze nog nooit bespeeld hadden, bijvoorbeeld met een triangel, een bongo. Bij de meeste deelnemers was het jaren geleden dat ze nog gezongen hadden. Nu krijgen ze wekelijks de kans om dit te doen in groep. De muziekgroepen zijn niet zozeer gebaseerd om de deelnemers iets aan te leren. Dit is niet het hoofddoel van de muziekgroepen, de plezierbeleving staat voorop.

5.2.6 Zelfbepaling

De bewoners maken hun eigen keuzes in elk gebied van het leven en om dit vorm te geven. Alle animatieactiviteiten zijn gebaseerd op zelfbepaling. De bewoners kiezen zelf of ze al dan niet wensen deel te nemen aan de activiteit. Ook voor de muziekgroepen was dit van toepassing. Ik stimuleerde de deelnemers om deel te nemen, toch liet ik hen nog steeds de keuze om deel te nemen of niet.

Bij de vierde muziekgroep liet ik de deelnemers zelf voorstellen doen voor een groepsnaam en na stemming kwamen we tot een compromis 'Scheldeghalm'.

5.2.7 Deelname aan de samenleving

Er is toegang tot de gewone vrijetijdsbesteding en er worden samenwerkingsverbanden aangegaan. Er zijn op mijn stageplaats tal van samenwerkingsverbanden, zoals de 'Puntenkaarting'. Hierbij komen ouderen uit de buurt samen kaarten met de ouderen uit het WZC. Ook gingen we naar de markt in Deinze en werkt men samen met tal van vrijwilligers. De 'Wisselbekerkaarting' is een samenwerkingsverband tussen 6 verschillende WZC's. De deelnemers kunnen zich inschrijven om te kaarten, te dobbelen. Op een namiddag kwam een plaatselijke dansgroep een demonstratie geven in stijldansen. Sommige bewoners doen nog enkele inkopen in de plaatselijke supermarkt.

5.2.8 Rechten

De bewoners hebben recht op een kwaliteitsvol leven in alle opzichten. Ik maak hier de link naar 'De Mensenrechten' (Mensenrechten.org, s.d., online). Deze mensenrechten mag niemand ons afnemen, anders kan er niet gesproken worden van 'levenskwaliteit'. De deelnemers aan de muziekgroepen hebben recht op vrije tijd, op inspraak, op plezier beleven, op privacy, op cultuur,...

5.3 HOE VERLIEP DE VIJFDE MUZIEKGROEP?

De vijfde muziekgroep ging minder vlot van start. Ik riep de activiteit uit in de microfoon en ging de bewoners halen. Op dat moment was er echter nog een andere activiteit aan de gang, waardoor veel deelnemers niet op hun kamer waren en het uitroepen van de activiteit dus niet hadden gehoord.

Op de parking van het WZC stond een 'valbus'. Hierin komen de bewoners te weten hoe je wel en niet moet vallen (valpreventie). Dit was eenmalig, waardoor ik denk dat de deelnemers 'de valbus' verkozen boven de muziekgroep, omdat de muziekgroep wekelijks door-

gaat. Ik riep een tweede maal de muziekgroep uit, omdat ik merkte dat er nog niet veel deelnemers aanwezig waren in de zaal.

Ik ging van start met de helft van de deelnemers van de vorige muziekgroepen. Deze deelnemers vroegen zich ook af waar de anderen bleven. Ik legde uit dat dit waarschijnlijk kwam omdat 'de valbus' op de parking stond en de deelnemers daar naartoe waren. Ook was het zo dat deze muziekgroep niet op de activiteitenkalender vermeld stond, waardoor deze tussen andere activiteiten gepland was.

Ik deelde als eerste de tekst en de muziekinstrumenten uit. Voor de vijfde muziekgroep maakte ik gebruik van de instrumenten van de vorige muziekgroepen, maar ook van de muziekinstrumenten die we zelf gemaakt hebben van gerecycleerd materiaal tijdens een andere activiteit⁷. Een deelnemster nam een schudeitje, waarop ik zei of ze 'met een ei zat'. Hierop schoot de groep in de slappe lach. Ook toen de deelnemster na afloop de muziekgroep verliet en haar schudeitje aan mij gaf, maakte ik een grapje door te vragen of ze nu verlost was van haar ei. Dit zorgde opnieuw voor een hilarisch moment.

Ik merkte meteen dat de groep bestond uit de stillere deelnemers en ik ze moest opkrikken vanaf het eerste liedje 'Vrolijke Vrienden'. Ik merkte ook aan de gelaatsuitdrukkingen van de deelnemers dat ik ze extra moest stimuleren, omdat ze minder gemotiveerd waren. We herhaalden een paar keer dit liedje, zodanig dat iedereen goed mee was. Tijdens deze muziekgroep was het voor mij niet gemakkelijk om de deelnemers mee te krijgen omdat ik geen microfoon had en de deelnemers die wat luider zingen niet aanwezig waren. Ik besloot om rond te gaan met mijn gitaar in de kring en op deze manier kreeg ik de groep toch mee.

'Het Kleine Café aan De Haven' is een moeilijker liedje dan ik had gedacht. Toen we het voor de eerste maal samen speelden, was dit ongestructureerd. Ik besloot dit te onderbreken en opnieuw te proberen en deelde mijn observaties mee. De tweede maal verliep ook niet goed. Dus besloot ik om enkel het refrein van het liedje te zingen. Dit repeteerden we tot iedereen het beheerste. Uiteindelijk is dit gelukt en bleef dit plezierig voor de deelnemers. Samen met de groep besloten we om 'Daar bij Die Molen' ook te zingen om de groepssfeer te bevorderen, omdat het vorige liedje wat moeilijker was. Hier kreeg ik de groep volledig mee en zongen en speelden ze uitbundig mee. Ik herinnerde de deelnemers aan de naam 'Scheldeghalm' die we vorige week gekozen hadden. Toen ik feedback vroeg aan de groep, vertelden ze dat ze het leuk vonden, maar nog leuker zouden vinden indien de voltallige groep aanwezig zou zijn.

Ik maak bij de volgende muziekgroep gebruik van een microfoon. Ik bereid de deelnemers stap voor stap voor op het optreden en stel hen hierin gerust.

⁷ Zie bijlage 3

5.4 BESLUIT

De vijfde muziekgroep verliep minder vlot, ondanks dezelfde praktische voorbereidingen als bij de vorige muziekgroepen. Ik denk dat dit te wijten is aan het feit dat er op hetzelfde ogenblik een eenmalige activiteit aan de gang was, namelijk 'de valbus'. Ook speelde het feit dat de muziekgroep niet vermeld stond op de activiteitenkalender een rol. Hierdoor bestond deze muziekgroep uit de helft van het aantal deelnemers, en het waren bovendien de stillere deelnemers. Ik wilde de groep meer motiveren, maar dit vond ik niet eenvoudig omdat ik ook geen microfoon had. Ik besloot deze muziekgroep op een andere manier aan te pakken door met mijn gitaar in de kring rond te gaan.

Ik had niet gedacht dat 'Het Kleine Café aan De Haven' moeilijk zou verlopen, omdat ik de indruk had dat iedereen dit liedje kent en ik dit liedje goed had voorbereid. Ik besloot enkel het refrein van het nieuwe liedje samen te spelen, nadat we tweemaal het volledige liedje gespeeld hadden met matig succes. Ik wilde de vijfde muziekgroep afsluiten met een positieve noot, door een liedje te spelen dat we in groep kozen en dat ze goed kenden.

Ik maakte opnieuw gebruik van humor, bijvoorbeeld bij het uitdelen van het schudeitje.

Op het moment dat ik feedback vroeg aan de deelnemers, bleek dat ze plezier hadden beleefd, maar vertelden ze dat het nog plezieriger zou zijn indien de voltallige groep aanwezig was. Ik hou dit als werkpunt in mijn achterhoofd voor de volgende twee muziekgroepen, waarin ik meer aandacht besteed aan het optreden van de muziekgroep 'Scheldeghalm'. Ook maak ik gebruik van een microfoon, waardoor de deelnemers me beter verstaan.

6 OPTREDEN VAN DE MUZIEKGROEP SCHELDEGHALM

6.1 INLEIDING

Ondertussen hebben we reeds zeven muziekgroepen van 'Scheldeghalm' achter de rug. De laatste twee hebben we de vier liedjes: 'Vrolijke Vrienden', 'Daar bij Die Molen', 'De Lichtjes van De Schelde' en 'Het Kleine Café aan De Haven' gerepeteerd.

We zijn tevens concreet nagegaan in de groep hoe we deze liedjes zouden brengen op het optreden, bijvoorbeeld met mijn gitaar, met de muziekinstrumenten, enkel met zang,... Hier gaf ik de deelnemers inspraak, omdat ik het belangrijk vind dat iedereen zich kan vinden in de concrete aanpak van het optreden. We hebben in onze groep samen overlegd hoe we de vier liedjes zouden brengen. 'Vrolijke Vrienden', 'Daar bij Die Molen' voeren we uit met zang en mijn gitaar. 'De Lichtjes van De Schelde' en 'Het Kleine Café aan De Haven' voeren we uit enkel met zang, omdat de gitaar te overheersend is en ik vooral de nadruk wil leggen op de deelnemers en niet op mijn gitaar. Van 'Het Kleine Café aan De Haven' zingen we enkel het refrein, omdat de muziekgroep dit liedje niet volledig kent.

Tussen de verschillende muziekgroepen door merkte ik dat de deelnemers onderling over de muziekgroep aan het praten waren, bijvoorbeeld wanneer de volgende muziekgroep zou zijn. In de gangen kreeg ik verschillende maal de vraag wanneer de volgende muziekgroep zou doorgaan, nog voor ik dit op het bord had kunnen schrijven.

Hieronder vind je hoe we ons optreden voorbereid hebben. Dit gebeurde eerst en vooral door wekelijks te oefenen met de groep. Op de dvd 'Muziek en beweging voor mensen met dementie' (De Metronoom, 2009, dvd) wordt muziek op de achtergrond of als rustelement gebruikt tijdens een activiteit. Gedurende de zeven muziekgroepen was dit niet mijn bedoeling, maar maakte ik samen met de deelnemers actief muziek in groep. Elke muziekgroep was een voorbereiding op de voorstelling van 'Scheldeghalm'. De muziekgroepen en het optreden van 'Scheldeghalm' link ik aan de verschillende functies van drama (Pauwels, 2009, p. 10). Ik vermeld welke deelnemers afvielen en welke instrumenten het meeste bespeeld werden gedurende de zeven muziekgroepen. Ik beschrijf hoe de zoektocht verliep naar de liedjes en hoe de samenwerking met de gastheer is verlopen. Ik maakte concrete afspraken met de gastheer, die mijn project zal overnemen vanaf januari 2013.

Ik besprak met het team hoe ik het optreden concreet voor mij zag. Ik bereidde tevens, tijdens de zesde muziekgroep, het optreden voor door de opstelling uit te proberen met onze groep deelnemers. Ik haal kort de link aan met de actie 'Music For Life' van Studio Brussel rond dementie. Vermits de zevende muziekgroep niet doorging in de zaal van het optreden, beslisten we, de dag voor het optreden, om nog een generale repetitie te houden. Naast de voorbereiding, lees je in dit laatste hoofdstuk hoe het optreden is verlopen, maak ik een laatste evaluatie op en eindig ik met een besluit van het optreden.

6.2 VOORBEREIDING(EN)

In dit onderdeel geef ik een overzicht van de manier waarop ik de nodige voorbereidingen trof voor het optreden van de muziekgroep 'Scheldeghalm'.

6.2.1 *Activiteitenkalender: bespreking in het team*

Bij de bespreking van de maandelijkse activiteitenkalender, van de maand december, dacht ik samen met het team na over hoe het optreden van 'Scheldeghalm' er voor mij zou kunnen uitzien. Ik onderzocht hoe ik de indeling van de zaal wilde, al dan niet op een podium, werken met microfoons,... Ook besprak ik dit apart met een collega van het animatieteam om concrete tips te krijgen.

6.2.2 Zeven wekelijkse muziekgroepen

De zeven wekelijkse muziekgroepen waren een voorbereiding op ons optreden. Telkens bereidde ik elke muziekgroep grondig voor door wekelijks in mijn bachelorproef een hoofdstuk te maken over elke muziekgroep. Op deze manier kan je een evolutie merken van de muziekgroepen. Na elke muziekgroep maakte ik de nodige reflecties en vulde ik mijn hoofdstukken aan met theorieën. Bovendien maakte ik opnieuw een voorbereiding voor de volgende muziekgroep. Ik speelde bijna dagelijks de liedjes op mijn gitaar.

6.2.2.1 Functies van drama

De muziekgroepen en het optreden link ik aan de verschillende functies van drama (Pauwels, 2009, p. 10).

Ze vervulden volgende functies:

- sociale functie: de groepsdynamiek werd bevorderd doordat ik observaties uitvoerde en inspeelde op de groep op het moment zelf.
- recreatieve functie: het plezier van de deelnemers werd bevorderd. De muziekgroepen waren een invulling van hun vrije tijd, wat voor de nodige ontspanning zorgde.
- educatieve functie: de deelnemers leerden muziek maken in de groep door te zingen en muziekinstrumenten te bespelen die ze nooit eerder hadden bespeeld.
- kunstzinnige functie: het product speelt een even grote rol als het proces. Door wekelijks samen muziek te maken, werkten we toe naar een toonmoment, waarin het de bedoeling was om aan het publiek te tonen wat de muziekgroep 'Scheldeghalm' inhield en reeds bereikt had.

6.2.2.2 Enkele deelnemers die afvielen

Gedurende de verschillende muziekgroepen zijn er enkele deelnemers afgevallen, namelijk:

- Martha: ze vertelde dat ze zou komen kijken, maar werd ziek voor enkele weken, waardoor ze last had van haar stem en niet meer kon deelnemen
- Jules: is een paar keer komen kijken naar de muziekgroepen, maar vertelde letterlijk dat hij niet kwam om mee te zingen maar enkel om te komen kijken
- Hanna: zij vertelde me twee weken op voorhand dat ze diezelfde namiddag naar het revalidatiecentrum moet en dat ze het jammer vindt dat ze niet kan deelnemen aan het optreden
- Jef: vertelde dat de muziekgroep enkel uit vrouwen bestond en dat zingen, voor hem, een hobby is voor vrouwen

6.2.2.3 Meest bespeelde muziekinstrumenten

Uit de zeven muziekgroepen viel het mij op dat de volgende muziekinstrumenten het meeste bespeeld werden:

- de schudeitjes
- de rammelaars
- de tamboerijnen
- de bellen
- de zelfgemaakte instrumenten

Naar mijn mening is dit te wijten aan het feit dat deze instrumenten eenvoudig te bespelen zijn. De stokken om op elkaar te slaan werden bijna nooit gekozen, omdat ik denk dat dit beroep doet op je oog- en hand coördinatie, wat niet vanzelfsprekend was voor sommige deelnemers. De tamboerijnen, bellen en eitjes werden het meeste verkozen omdat dit meer beroep doet op de grove motoriek, bij de castagnetten is dit niet het geval. Ook merkte ik

op dat de deelnemers bijna telkens hetzelfde muziekinstrument uitkozen, waarschijnlijk door de appels⁸ die hiervan uitgaan. Ik vond het belangrijk om telkens alle instrumenten in de mand te leggen, waar de deelnemers zelf hun keuze uit mochten maken. Op deze manier maakten ze muziek met een instrument dat ze het liefst of best konden bespelen. Mocht ik in een muziekgroep zitten, zou ik ook liever zelf mijn keuze willen maken dan dat iemand mij opdraagt welk instrument ik moet bespelen.

Ik heb niet gewerkt met een piano, ondanks dat er twee deelnemers waren die dit instrument bespeelden en ik dit aanvankelijk voor ogen hield. Dit deed ik omdat ik iedere deelnemer een gelijkwaardig muziekinstrument wilde laten bespelen en niemand wilde voortrekken. Ik ken ook niet genoeg van piano om dit te begeleiden en er was te weinig tijd om wekelijks met de gastheer, die piano speelt, te repeteren, zodanig dat hij telkens kon begeleiden.

6.2.2.4 Zoektocht naar liedjes voor muziekgroepen

Wat me opviel was dat de liedjes die ik opzocht, soms niet in akkoorden te vinden waren voor gitaar. Hierdoor heb ik verschillende liedjes niet kunnen spelen die ik wilde repeteren en samen spelen met de muziekgroep. Van de meeste liedjes bestaan wel partituren, waar noten op vermeld staan, voornamelijk voor accordeon. Bovendien zijn vele Nederlandstalige liedjes beschermd met auteursrechten. Het was voor mij in het begin van dit project een heuse zoektocht op het wijde web om liedjes te vinden die inspeelden op de leefwereld van de bewoners en haalbaar waren op gitaar. Ondanks deze praktische hindernissen waren deze voorbereidingen aan de muziekgroepen geslaagd, zowel voor de deelnemers als voor mezelf.

6.2.3 Zesde muziekgroep

De zesde muziekgroep ging door in de zaal waar ons optreden plaatsvindt. Ik probeerde de opstelling van ons optreden op dat moment uit, omdat de zevende en laatste muziekgroep doorgaat in de andere zaal. Ik zorgde ervoor dat de bewoners ook een microfoon hadden. Aangezien het statief voor deze microfoon stuk was, bedacht ik dat de bewoners de microfoon op tijd en stond kunnen doorgeven tijdens het zingen. Dit had een leuk effect en op deze manier kon iedereen die dit wilde, in de microfoon zingen.

Ook zorgde ik ervoor dat mijn gitaar aangesloten was aan een versterker, omdat er, tijdens het optreden, publiek in de zaal zit en het geluid zal gedempt zijn. Het aansluiten aan een versterker deed ik, zonder uit het oog te verliezen dat de deelnemers op de voorgrond staan, en ik er ben om ze te begeleiden en ondersteunen. De deelnemers zette ik in een halve maanvorm i.p.v. in een kring, hierdoor zit niemand van de deelnemers met zijn rug naar het publiek. Ik maakte met hen de afspraak dat we allemaal dezelfde kledij zouden aantrekken, dit om het groepsgevoel te versterken.

6.2.4 Maken van collage

Voor ons optreden maak ik een collage met foto's van de deelnemers en heb hiervoor, in het kader van het beroepsgeheim, toestemming gevraagd aan de directrice en aan de deelnemers. Deze collage hang ik uit in de gangen van het WZC Scheldevelde, zodat iedereen op de hoogte is en uitgenodigd wordt voor ons optreden. Ik nodigde de collega's uit tijdens twee briefings aan de hand van de collage. Ik noteerde dit ook in het dagboek.

⁸ Zie hoofdstuk 4 'De Lichtjes van De Schelde' (appels vanuit de muziekinstrumenten)

6.2.5 *Samenwerking met gastheer*

6.2.5.1 Gesprek met gastheer: opvolging muziekgroep?

Met de gastheer, die eenmalig meespeelde tijdens een muziekgroep, had ik een gesprek, met de vraag of hij de muziekgroep wil verder zetten en op welke manier. Hij vond het een fantastisch idee en was vereerd om de muziekgroepen te mogen verder zetten vanaf januari 2013.

Deze gastheer is van plan om meer de nadruk te leggen op het zingen met de bewoners, namelijk een 'zangstonde'. Hij was nieuwsgierig naar de muziekinstrumenten die ik gebruikte en hij vertelde hier ook gebruik van te willen maken. Hij maakt concrete afspraken met het personeel van het onthaal en het animatieteam, en ze bekijken hun agenda's om concreet vast te leggen wanneer de muziekgroepen vanaf 2013 zullen plaatsvinden. Ook vertelde de gastheer dat hij mijn eindwerk zou willen lezen als het afgewerkt is.

Ik kon de boodschap doorgeven aan de deelnemers en het team van het WZC, namelijk dat hij de muziekgroepen zal verder zetten vanaf januari 2013.

6.2.5.2 Hoe verliep de eenmalige samenwerking?

Uit mijn ervaringen met de wekelijkse muziekgroepen ontdekte ik dat het niet steeds gemakkelijk is om de samenwerking aan te gaan in zulke korte periode. Er was onvoldoende tijd om bijvoorbeeld met de gastheer te repeteren om op dezelfde golflengte te komen en op mekaar muzikaal ingespeeld te zijn.

Naar de toekomst en anderen toe kan ik aanbevelen om voldoende tijd te voorzien, om de samenwerking aan te gaan. Door samen te werken, kan het een voordeel zijn om de rollen te verdelen, bijvoorbeeld de ene zingt de tekst en begeleidt de groep, terwijl de andere een instrument bespeelt. Tijdens de muziekgroepen, voornamelijk de eerste, vond ik het niet evident om tegelijkertijd te zingen, gitaar te spelen en de groep in het oog te houden. Naarmate de muziekgroepen vorderden, merkte ik dat dit meer vanzelf ging. Hierin merk ik van mezelf dat ik gegroeid ben.

6.2.6 *Link met actie 'Music For Life' van Studio Brussel*

Op het moment dat ik de zevende muziekgroep aan het voorbereiden was, was Studio Brussel (2012, online) gestart met de organisatie van een volledige week in het kader van dementie. Voor 'Music For Life' gaat er een koor, dat voor één derde bestaat uit personen met dementie, zingen in het Sportpaleis. Door het zingen kunnen de personen met dementie meer dan wij denken.

Het verschil met mijn muziekgroep houdt in dat ik een heterogene groep voor ogen hield: personen met en zonder dementie van het WZC. Ik vond het belangrijk om de personen met dementie te laten muziek maken of ervaren om samen te werken met de bewoners van de beneden verdieping. Ik maak gebruik van Nederlandstalige liedjes die al bekend waren bij de deelnemers.

Uiteraard vind ik het een goed initiatief om dit thema in de media te brengen. Op deze manier kan iedereen merken dat muziek maken veel kan teweeg brengen en voornamelijk dat het samen zingen van belang is en niet zozeer het juist zingen. Hoe vaak kregen verschillende studenten, waaronder ikzelf, tijdens de lessen muzikale opvoeding in het secundair onderwijs, de opmerking dat vals zingen uit den boze was, waardoor je nog minder durfde mee te zingen. Daarom vond ik het belangrijk om vanaf de eerste muziekgroep mee te geven dat juist zingen niet de norm was, maar voornamelijk dat het plezier maken in groep voorop stond.

De actie van Studio Brussel zet in de verf dat ouderen nog langer kunnen muziek maken dan we soms denken. Al van voor de geboorte kunnen baby's het gezang van hun moeder herkennen, niet zozeer wat ze zingen, wel de toon en manier waarop. Hierdoor herkent de baby de stem van de moeder in de buik en reageert die daarop. Dit is één van de facetten, muziek, die het langst in ons geheugen opgeslagen wordt. Muziek is wat we ons het langste kunnen herinneren.

6.2.7 *Zevende en laatste muziekgroep*

De zevende muziekgroep speelde zich af in de kleinere ruimte. Ik dacht dat deze muziekgroep minder vlot zou verlopen, omdat ik geen gebruik kon maken van microfoons. Het tegendeel was waar.

Er waren al enkele bewoners die hun kledij hadden aangetrokken voor het optreden, dit om goedkeuring te vragen over hun kledij. Enkele dagen voor het optreden hadden de deelnemers onder elkaar kledij uitgewisseld voor het optreden. Ik vond het stimulerend om te zien hoe enthousiast ze waren voor het optreden.

Gedurende het zingen van de vier liedjes, kon ik de deelnemers 'alleen- laten doen' (ter Horst, 2006, p. 62, 66- 69). Mijn hulp was hierbij slechts een keer nodig. Ik voelde hun enthousiasme en vertelde hardop wat ik opmerkte. Ik maakte met hen de afspraak om de dag voor het optreden een generale repetitie te houden.

6.2.8 *Generale repetitie*

De dag voor het optreden van 'Scheldegghalm', houden we een generale repetitie. Dit dient om iedereen een gerust gevoel te geven. Ik denk dat de deelnemers en ikzelf zenuwachtig zullen zijn voor ons optreden. In het WZC heeft er immers nog nooit een optreden plaatsgevonden van een zelf opgestart project van de bewoners rond muziek maken. Ikzelf heb wel reeds een aantal optredens gehad met mijn muziek, maar nog nooit in zo'n grote groep en met de bewoners van het WZC. Dus denk ik dat het voor iedereen een zeer spannend moment zal zijn.

De generale repetitie verliep volgens plan. Iedere deelnemer van de muziekgroep 'Scheldegghalm' was aanwezig, alhoewel de generale repetitie niet vermeld stond op de activiteitenkalender. Op dat moment merkte ik dat de deelnemers van de groep gemotiveerd waren voor het optreden, dat de volgende dag plaats zou vinden. We herhaalden de vier liedjes zoals we ze zouden spelen op het optreden. Op deze manier kon iedere deelnemer zich een concreet beeld vormen. Ik herhaalde de liedjes nogmaals in de volgorde zoals we ze zouden spelen. Enkele deelnemers vroeger om dit te herhalen om hen voor te bereiden. Na deze repetitie had ik een gerust gevoel voor de volgende dag. Na afloop van de repetitie stelde de directrice de vraag of we klaar waren voor het toonmoment de volgende dag. Ik antwoordde hier bevestigend op en vertelde dat ik er een goed oog op had. Ik was er praktisch zeker van dat het optreden van de muziekgroep een succes zou zijn.

6.3 **UITVOERING VAN HET OPTREDEN**

Het optreden is een toepassing van de grondvormen van ter Horst, namelijk 'Vieren' (ter Horst, 2006, p. 34, 71). De grondvormen haalde ik al even aan in het eerste hoofdstuk 'Vrolijke Vrienden'. Ter Horst geeft aan dat het belangrijk is dat de opvoeder deze grondvormen zelf kan gebruiken. Hier is de vraag: "Kan de opvoeder een feest organiseren?" Toegepast op het toonmoment stelde ik mezelf de vraag: "Kan ik, samen met de muziekgroep 'Scheldegghalm', een optreden organiseren en vlekkeloos laten verlopen?" Tijdens het optreden dacht ik na over de volgende vraag: "Kunnen de ouderen zich redden met vieringen?" Ik vroeg me hier af of de ouderen zich kunnen herinneren hoe een voorstelling eruit kan zien.

Bij de voorbereidingen van het optreden had ik voorgesteld aan het team om voor iedere deelnemer een wit hemd of pull en een zwarte broek of rok klaar te leggen. Dit bleek niet haalbaar om praktische redenen. Het dragen van een 'uniform' kan bijdragen aan het groepsgevoel. Het viel mij op dat, een week voor het optreden, de deelnemers zelf hun kledij onderling al uitwisselden. Dit had als resultaat dat, tijdens het optreden, de meeste deelnemers van 'Scheldeghalm' en ikzelf in uniform waren. Ook mijn mentor merkte, net voor het optreden, op dat de meeste deelnemers in het zwart en wit gekleed waren.

Het optreden verliep vlekkeloos. Er waren drie personen van de muziekgroep die niet wensten deel te nemen aan het optreden, namelijk Hanna, Christa en Josephine. Hanna gaf verschillende maal aan, tijdens de muziekgroepen, dat ze het jammer vond dat ze op het moment van het optreden niet kan deelnemen omdat ze een andere afspraak had die dag die reeds vastgelegd was en ze deze niet kon verleggen. Christa nam niet deel aan het optreden, ik merkte op dat ze zenuwachtig was en ik kon haar op geen enkele manier motiveren om toch deel te nemen, ook niet door te vertellen dat ik het jammer vond. Ik gaf Christa de boodschap mee dat ik kan begrijpen dat ze zenuwachtig is voor het optreden, maar wou bij haar niet aandringen, omdat ik wist dat dit een verkeerd effect zou hebben bij haar. Josephine kon ik niet motiveren om deel te nemen aan het optreden omdat ze bezoek had en ze aangaf haar bezoek niet te willen achterlaten. Ik had verwacht dat er één of twee deelnemers uiteindelijk zouden afvallen op het moment van het optreden, maar van Josephine had ik het niet verwacht. Ik probeerde haar te overhalen en ik vertelde haar dat ik het jammer vond dat ze niet deelnam omdat ze telkens zo goed meedeed tijdens de muziekgroepen. Ik kon haar echter niet motiveren, ze wenste bij haar bezoek te blijven, wat ik ook begreep. Tijdens de wekelijkse muziekgroepen had ik opgemerkt dat Josephine verlegen is en ik denk dat dit ook een rol speelde waarom ze niet deelnam aan het optreden.

De voorstelling is tijdig van start kunnen gaan. Voor aanvang van het optreden was ik enorm nerveus, het optreden vond plaats in de namiddag. Ik was reeds zenuwachtig, maar deze nervositeit nam toe doordat het een drukke voormiddag geweest was. De gehele ochtend had ik de kerstversiering aangebracht in het WZC, samen met verschillende vrijwilligers en de collega's uit het animatieteam. Onder de middag kreeg ik bijna geen hap door mijn keel van de stress. Ik wou namelijk de groep goed leiden, want ik wist dat verschillende collega's, familieleden, vrijwilligers zouden komen kijken. Op het moment dat ik de zaal klaarzette en ik in het oog hield of de bewoners in de zaal zaten tijdens het koffiemoment, daalde mijn stress. Mijn mentor kwam me helpen door te kijken of iedere deelnemer reeds in de zaal zat, dit gaf mij een gerust gevoel. Net voor het optreden, ging ik bij de deelnemers langs om hen gerust te stellen en te tonen dat ik er voor hen was.

Ondertussen was de zaal goed gevuld met bewoners, familieleden, collega's,... Ik verwelkomde het talrijk opgekomen publiek en legde uit dat de wekelijkse muziekgroep kaderde in mijn bachelorproef en dat we door wekelijks te oefenen gegroeid zijn tot de muziekgroep 'Scheldeghalm'. Ik deelde mee dat, na mijn stage, de pater van het WZC de muziekgroep zal overnemen. Ik gaf aan dat we vier liedjes zouden brengen, die we zouden zingen en met muziekinstrumenten begeleiden en nodigde het publiek uit om te zien hoe plezierig het is om samen muziek te spelen in de groep.

Op het moment dat we van start gingen met het eerste liedje 'Vrolijke Vrienden', voelde ik mijn hart in mijn keel kloppen. Naargelang het liedje vorderde, zag ik dat de muziekgroep aansloeg. Ik merkte aan de deelnemers dat ze helemaal niet zenuwachtig waren en het liedje zongen zoals ze deden op de repetities. Hierdoor daalde mijn stress. Na het eerste liedje kregen we een daverend applaus van het publiek. Tijdens het optreden kreeg ik hulp van mijn mentor en collega uit het animatieteam bij het uitdelen en ophalen van de liedjes-teksten en het doorgeven van de microfoon aan de deelnemers.

In mijn ooghoeken merkte ik dat er af en toe personen het optreden kwamen bijwonen en weer weggingen. Ik wist dat sommige personeelsleden even zouden komen kijken en nadien terug aan het werk zouden gaan. Ik stond met mijn rug naar het publiek, omdat ik wou dat de deelnemers met hun gezicht naar het publiek konden zitten. Het gaat tenslotte

over hun muzikale talenten, onder begeleiding van mij. Na het eerste liedje gaf een deelnemer discreet aan dat ik het liedje te snel begeleidde op mijn gitaar. Ik denk dat het komt door de zenuwen dat ik sneller gitaar speelde. Bij het tweede liedje 'Daar bij Die Molen', speelde ik trager. Ik vond het belangrijk om hier oog voor te hebben. Gedurende het optreden van de muziekgroep vond ik het voornamelijk van belang dat de deelnemers zongen en niet ik op de voorgrond stond. Dus zong ik enkel bij het begin van elk liedje en op momenten dat ik merkte dat de groep niet meer mooi samen zong.

Tijdens het optreden merkte ik dat verschillende personen foto's namen.

Na afloop van het optreden, gaf ik een applaus aan de deelnemers van de muziekgroep en bedankte ik het publiek om te komen kijken. Op dat moment nam de directrice het woord en gaf ze mij een applaus en bedanking voor het opzet van dit muziekproject 'Scheldeghalm' dat zal verder gezet worden na mijn stageperiode.

Na het optreden praatten verschillende personen na in de eetzaal. Ik ging bij elke deelnemer langs en gaf nogmaals positieve feedback. Een bewoonster, die normaal wat stiller is, vertelde dat ik van haar een 10 op 10 kreeg voor de muziekgroepen en dat ik dit mocht doorgeven aan de school. Ik maakte hier een grapje van door te vragen of ze wou meekomen op mijn mondelinge verdediging. We schoten allebei in de lach.

De nieuwe OCMW-voorzitter feliciteerde mij en de deelnemers uitgebreid met het project. Ze vertelde ook dat ze foto's had genomen en een stukje van een liedje had opgenomen, zodanig dat ik een herinnering heb aan dit project. De directrice sprak mij nogmaals aan en gaf me opnieuw een pluim. Ze vond het voornamelijk goed dat we gebruik maakten van de muziekinstrumenten en dat niet enkel de nadruk lag op het zingen.

Op het moment dat ik de zaal had opgeruimd en ik de zaal verliet, kreeg ik in de gangen reeds positieve reacties van collega's. De dag na het optreden feliciteerde ik nogmaals de deelnemers door o.a. te zeggen dat ik fier ben op hen. De dagen na het optreden kreeg ik uitsluitend positieve reacties, van deelnemers, bewoners en collega's. Enkele collega's, die het optreden niet hebben kunnen zien, vroegen ook hoe het optreden was verlopen. Hierdoor kan ik besluiten dat de muziekgroep 'Scheldeghalm' vanaf dat moment was gelanceerd en insloeg als een bom.

Twee dagen na het toonmoment, kwam er een basisschool uit de buurt kerstliedjes zingen. Samen met een collega uit het animatieteam besloten we om nogmaals met de muziekgroep 'Scheldeghalm' een korte versie van 'Vrolijke Vrienden' te brengen. Dit gaf een mooie interactie teweeg tussen de kinderen, de leerkrachten en de bewoners. De meeste mensen in de zaal zongen spontaan mee.

Tijdens de laatste week van mijn stage bracht ik aan iedere deelnemer van de muziekgroep 'Scheldeghalm' een bezoek en gaf hen een exemplaar van de collage van ons optreden, waardoor ze een aandenken hebben aan dit project.

Aangezien de pater (de gastheer), die de muziekgroepen zal overnemen, niet aanwezig kon zijn tijdens het optreden, stuurde ik hem een kaartje. De muziekgroep zal verder gezet worden na mijn stage, wat een meerwaarde is voor de stageplaats. In mijn laatste stage-week maakte ik met hem nog de nodige laatste praktische afspraken voor het verdere verloop van dit project.

6.4 EVALUATIE (PRODUCT- EN PROCES)

Door de goede voorbereidingen verliep het muziekoptreden van 'Scheldeghalm' volgens plan, ook al was ik zeer zenuwachtig en waren er drie bewoners die niet deelnamen. Het was een goed idee om de dag voordien een generale repetitie te houden, waar we deden alsof het ons optreden was. Hierdoor werden de deelnemers gerust gesteld en werd alles duidelijk.

Ik kan stellen dat de muziekgroep 'Scheldeghalm' een succes was door de talrijke positieve reacties die ik kreeg van de deelnemers, bewoners, familieleden, voorzitter van het OCMW, de directrice, de collega's. De deelnemers gaven na het optreden aan er plezier aan beleefd te hebben.

Het publiek heeft tijdens het optreden kunnen genieten en waarnemen hoe plezierig het is om op een laagdrempelige manier samen muziekinstrumenten te bespelen en te zingen in de muziekgroep 'Scheldeghalm'. Het opzet van deze muziekgroep is geslaagd en kan verder gezet worden door de gastheer, waardoor dit project niet verwaterd.

Uit het optreden haal ik volgende aandachtspunten:

- copingvaardigheden toepassen wanneer stress de kop op steekt door bijvoorbeeld te denken dat het optreden wel zal lukken doordat we wekelijks gerepeteerd hebben, door zelf ademhalingsoefeningen uit te voeren vlak voor het optreden wat een ontspannend effect heeft. Deze copingvaardigheden staan vermeld in de cursus 'Aspecten van het professionele functioneren' (De Medts, 2010, p. 123- 128).
- meer contact met het publiek zoeken, bijvoorbeeld het publiek laten meeklappen
- iedere deelnemer blijven motiveren om mee te doen met het optreden, zonder ze te verplichten

6.5 BESLUIT VAN HET OPTREDEN

Het muziekoptreden 'Scheldeghalm' is goed verlopen, dit kan ik besluiten door tal van positieve reacties die we kregen tijdens en na het optreden van de deelnemers, de bewoners, de familieleden, de collega's, de voorzitter van het OCMW, de directrice,...

Alles was goed voorbereid, waardoor de deelnemers met een gerust gevoel van start konden gaan. Ik was echter zeer zenuwachtig voor het optreden, door de drukte in de voormiddag en omdat ik de muziekgroep goed wou leiden en aan iedereen in de zaal wou aantonen dat muziek maken in 'Scheldeghalm' plezierig is. Maar naarmate we ons eerste liedje 'Vrolijke Vrienden' brachten en ik het enthousiasme van de deelnemers voelde en steun kreeg van mijn mentor en collega, verdwenen mijn zenuwen als sneeuw voor de zon. Ondanks het feit dat drie deelnemers niet deelnamen aan het muziekoptreden, kan ik met fierheid stellen dat dit project geslaagd is. Ik vond het leuk om te zien hoe enthousiast de deelnemers waren om onderling hun kleren uit te wisselen, zodanig dat er een eenheid ontstond, namelijk onze muziekgroep 'Scheldeghalm'. De meerwaarde voor de stageplaats houdt ook in dat de muziekgroep een opvolging heeft.

In de toekomst hou ik rekening met de aandachtspunten die ik in het vorige deel besproken had.

Hier kan ik besluiten dat ik heel fier ben op wat we met onze muziekgroep 'Scheldeghalm' hebben bereikt, ik ben trots dat de deelnemers wekelijks trouw hebben deelgenomen en er plezier aan beleefden.

Hieronder volgt mijn algemeen besluit van deze gehele bachelorproef, waarin ik o.a. na ga of ik een antwoord heb kunnen vinden op mijn vraagstelling, mijn vooropgestelde doelstellingen, deelvragen en op welke manier.

BESLUIT

In deze bachelorproef staat volgende vraagstelling centraal: “Op welke wijze kan het creëren van muziek de levenskwaliteit van ouderen in een WZC verhogen?”

Om een antwoord te kunnen vinden op de vraagstelling, stelde ik volgende doelstelling(en) op:

- ouderen in een WZC de ervaring meegeven dat muziek maken leuk is
- ouderen in een WZC activeren door middel van muziek
- ouderen in een WZC laten ervaren hoe het voelt om een instrument te bespelen

De doelstellingen maakte ik concreter door onderstaande deelvragen:

1. Op welke manier kunnen ouderen in een WZC deel uitmaken van een muziekgroep?
2. Wat betekent muziek maken in de muziekgroep voor de deelnemers?
3. Muziek maken kan niet zonder instrumenten. Welk gevoel krijgt de deelnemer bij het bespelen van een instrument?
4. Op welke manier heeft de muziekgroep een meerwaarde voor de stageplaats en de bewoners?

Uit de zeven muziekgroepen kan ik stellen dat ik de ouderen heb geactiveerd door het maken van muziek in een groep die wekelijks samen komt. Naarmate de muziekgroepen vorderden, waren het dezelfde deelnemers die gemotiveerd waren om telkens deel te nemen. Op deze manier zijn hun sociale contacten onderhouden. Verscheidene maal in de gangen gaven enkele deelnemers aan nieuwsgierig te zijn wanneer de volgende muziekgroep plaats zou vinden.

Gedurende de wekelijkse muziekgroepen, waarin de vier liedjes na verloop van tijd centraal stonden ‘Vrolijke Vrienden’, ‘Daar bij Die Molen’, ‘De Lichtjes van De Schelde’ en ‘Het Kleine Café aan De Haven’, kan ik stellen dat dit plezierig was voor de deelnemers. Dit merkte ik door hun enthousiasme, door de feedback die ze mij gaven, door de vele lachende gezichten.

Ik maakte wekelijks gebruik van muziekinstrumenten die gemakkelijk te bespelen zijn, bijvoorbeeld een tamboerijn, de schudeitjes. Hierdoor kregen de ouderen de ervaring hoe het voelde om een instrument te bespelen. Bij de vierde muziekgroep ‘De Lichtjes van De Schelde’ maakte ik uitgebreid de tijd om de deelnemers zelf hun muziekinstrument te laten kiezen aan de hand van de appels die een invloed uitoefenden op de deelnemers (Behrend, 2012, p. 41- 45). Enkele deelnemers hadden vroeger veel gezongen en kregen dus tijdens de muziekgroepen de kans om dit opnieuw te doen. De deelnemers bespeelden niet hun instrument dat ze vroeger bespeeld hebben, wat ik oorspronkelijk voor oog had gehouden. Er waren twee deelnemers die vroeger piano speelden, maar doordat ik elke deelnemer een gelijkwaardig instrument wou laten bespelen en niemand wou bevoornden, is dit niet gebeurd. Ook heb ik onvoldoende kennis van piano om dit te kunnen begeleiden.

Uit de zeven muziekgroepen kan ik stellen dat het liedje ‘Daar bij Die Molen’ hen het meeste plezier gaf en dus de grootste verhoging van hun levenskwaliteit opbracht. Tijdens dit liedje zongen ze telkens lustig mee, met een minimale muzikale begeleiding van mezelf met de gitaar.

De muziekgroepen, die ik begeleidde aan de hand van mijn gitaar, stem, microfoon en andere muziekinstrumenten, was de beste manier. Het principe van Behrend (2012, p.33- 40) om eerst receptief om te gaan met muziek door ze te laten luisteren naar het liedje en nadien reproductief door zelf het liedje te spelen en zingen, was optimaal.

Naarmate de muziekgroepen vorderden, kon ik de deelnemers de volledige liedjes ‘alleen laten zingen’, wat een van de pedagogische principes is volgens ter Horst (2006, p. 62, 66-

69). Van het liedje 'Het Kleine Café aan De Haven' brachten we enkel het refrein omdat we dit liedje weinig hebben kunnen repeteren. Door de deelnemers zoveel mogelijk zelf te laten zingen en spelen, nam ik meer en meer de rol op van ondersteuner, terwijl bij de eerste muziekgroep ik meer de rol opnam van de leider. 'Het aanstekelijke voorbeeld' van ter Horst (2006, p. 62, 66- 69) was een goede methodiek om de muziekbijeenkomsten te begeleiden. Ik straalde mijn enthousiasme voor muziek op een laagdrempelige manier over op de deelnemers, want je kan niet verwachten dat de deelnemers enthousiast zijn als jij als begeleider negatief ingesteld bent over die bepaalde activiteit. Ook is het belangrijk om het in de praktijk uit te proberen, door wekelijks muziek te maken, en het niet enkel bij woorden te houden. Eerst kies je voor het gewone, pas nadien voor het specialistische. Ik koos hier voor liedjes die elke deelnemer kent en instrumenten die eenvoudig te bespelen waren, zonder gebruik te maken van één enkele noot.

Doordat deze wekelijkse muziekgroepen plezierig waren voor de deelnemers, kan ik stellen dat de levenskwaliteit voor de deelnemers verhoogd is. Voornamelijk de domeinen emotioneel welbevinden en zelfbepaling, twee van de acht levensdomeinen van Schalock (Van Hove, V., 2007, p. 30- 64), kwamen het meeste aan bod tijdens de muziekgroepen. Ik maakte gebruik van het 'Vijffasenplan' (Pauwels, 2009, p. 12- 18) om mijn methodisch handelen in het oog te houden en ervoor te zorgen dat de wekelijkse muziekgroepen afgestemd waren op de wensen van de deelnemers. Ook hield ik mijn begeleidingsstijl in het oog aan de hand van 'De Roos van Leary' (Behrend, 2012, p. 85- 91).

De wekelijkse muziekgroepen waren een meerwaarde voor de stageplaats. Op verschillende momenten zijn er collega's komen kijken, ik kreeg tal van positieve reacties. Na mijn stage zal de gastheer de muziekgroepen verder zetten, waardoor ik zorgde voor continuïteit. Ik vond het belangrijk om iets op te stellen voor mijn bachelorproef wat blijvend is voor de stageplaats.

Door de grote opkomst tijdens het optreden van de muziekgroep 'Scheldeghalm' en de tal van positieve reacties was ons optreden geslaagd. Ik merkte o.a. op dat moment dat mijn stageplaats achter dit project staat. Ik kon mijn zenuwen de baas door het enthousiasme van de deelnemers, de steun van mijn mentor en collega, het publiek in de zaal. Na het optreden kregen we tal van felicitaties van het publiek, de voorzitter en de directrice van het WZC. Ook kreeg ik tal van positieve reacties na het optreden en zelfs enkele dagen nadien in de gangen. Ik vond het van belang dat ik de deelnemers van de muziekgroep ook vlak na het optreden en de dag nadien positieve feedback gaf met de boodschap dat ik fier was op hen. In mijn laatste stageweek geef ik de deelnemers van de muziekgroep nog een aandenken mee. Hier kan ik besluiten dat het optreden opnieuw een bijdrage leverde aan de levenskwaliteit van de deelnemers.

Uit eigen ervaringen van de wekelijkse muziekgroepen merk ik dat ik als begeleider van dit muziekproject zelf meegroeide, samen met de deelnemers. Er is nog steeds een verschil tussen muziek kunnen maken in de huiskamer en bewoners in een muziekgroep kunnen begeleiden tijdens de wekelijkse repetities en het muziekoptreden. Het is een proces geweest van lange adem, wat veel voorbereidingen vroeg. Maar ik ontdekte dat hoe beter je je voorbereidt en rekening houdt met onverwachte omstandigheden, hoe beter je de muziekgroep zal kunnen uitvoeren. Ik denk dat het belangrijk is dat je als begeleider van de muziekgroep regelmatig kritisch stilstaat bij je handelen en jezelf de vraag stelt wat beter kan in de toekomst.

Ik ben blij dat ik de kans kreeg van mijn stageplaats om mijn droom waar te maken, waardoor dit een verrijking was in de eerste plaats voor de deelnemers en in de tweede plaats voor mezelf als begeleider en persoon. Het was immers de bedoeling om de bewoners op de voorgrond te laten muziek maken met ondersteuning van mij met mijn gitaar. Dit was duidelijk te merken tijdens het optreden. Ik ervoer zelf tijdens de muziekgroepen en het optreden dat muziek je een opkikker geeft om verder te gaan en plezierbeleving geeft. Muziek maakt tal van emoties los, zoals Rawden (2010, p. 302) aanhaalt. In de muziekgroep stonden de positieve ervaringen op de voorgrond.

Door samen te werken met o.a. de gastheer, denk ik dat het aangewezen is, indien je een samenwerking aangaat, om meer tijd uit te trekken om te repeteren. Op deze manier heb je de tijd om de liedjes in te oefenen en zo op een gelijke hoogte te komen. Hierdoor is er meer tijd om de rollen duidelijker te kunnen verdelen en naar eenzelfde opvoedkundige lijn (Biltris e.a., 2009, p. 22) toe te werken.

Hieronder som ik enkele aanbevelingen op voor het verdere verloop van de muziekgroep 'Scheldeghalm' op de stageplaats en andere muziekgroepen in andere voorzieningen.

Naar de toekomst toe kan het aangewezen zijn om familieleden te betrekken bij de muziekgroepen. Op deze manier zien de deelnemers dat hun familie niet verlegen is om mee te doen, waardoor de deelnemers eventueel sneller over de streep kunnen getrokken worden. Er ontstaat een andere band tussen bewoner en familie, door samen muziek te maken.

Een ander punt om mee te nemen naar de toekomst is om de muziekgroep 'Scheldeghalm' en andere muziekprojecten laagdrempelig te houden door:

- ze wekelijks te laten doorgaan op een vast tijdstip
- gebruik te maken van liedjes die iedereen kent
- liedjestekst in een groter lettertype afprinten en het refrein in fluo aanduiden
- muziekinstrumenten te gebruiken die eenvoudig te bespelen zijn
- de boodschap mee te geven dat je als deelnemer fouten mag maken
- telkens iedere bewoner uit te nodigen door bijvoorbeeld de muziekgroepen uit te roepen in de microfoon

Hierdoor blijft een muziekgroep toegankelijk voor iedere bewoner en/of familielid.

Door deze muziekgroepen op te stellen, merkte ik op dat er meer nadruk werd gelegd op muziek door de stageplaats. Muziek is belangrijk voor mensen. Ik zette enkele personen aan om mee te zingen, bijvoorbeeld familieleden, personeel van het onderhoud, kinesist,... Een andere stagiair gaf een klassiek optreden, samen met zijn broer, nadat hij de dag ervoor meehielp met de tweede muziekgroep. De gastheer, de pater van het WZC, werd ook aangezet om te zingen met de bewoners.

Door alle vooropgesomde resultaten van de wekelijkse muziekgroepen en het optreden van de muziekgroep 'Scheldeghalm' kan ik in het algemeen besluiten dat ik bevestigende antwoorden heb gevonden op mijn centrale vraagstelling van deze bachelorproef: "Op welke wijze kan het creëren van muziek de levenskwaliteit van ouderen in een Woonzorgcentrum (WZC) verhogen?"

BIBLIOGRAFIE

- Alive Inside (s.d.), *Experience the power music has to awaken deeply locked memories.* (online). Engeland: Alive Inside. <http://www.ximotionmedia.com/> (geraadpleegd op 23/11/12).
- Behrend, D. (2012). *Muzisch- Agogische Methodiek: een handleiding.* 5^e herziene druk. Bussum, Coutinho.
- Biltris, A., Perquy, K., De Medts, L., Vandekerkhove, J. (2009). *Ontwikkelingspsychologie en pedagogiek. Pedagogiek. Cursus.* Gent, Departement Sociaal- Agogisch Werk- Hogeschool Gent.
- Boone, P. (2009). *Muzische vaardigheden en methoden 1. Muziek en beweging.* Cursus. Gent, Departement Sociaal- Agogisch Werk- Hogeschool Gent.
- Claes, C., Cokelaere, E. (2010). *Orthopedagogische Handelingsplanning.* Cursus. Gent, Departement Sociaal- Agogisch Werk- Hogeschool Gent.
- De Buck, W. (2012). "Dementen in voorprogramma van supergroep", *Het Nieuwsblad*, 4/12/2012: 13.
- De Medts, L. (2010). *Aspecten van het professioneel functioneren.* Cursus. Gent, Departement Sociaal- Agogisch Werk- Hogeschool Gent.
- De Metronoom (2009), *Muziek en beweging voor mensen met dementie.* (online). Nederland: SSKV. <http://www.demetronoom.nl/index.html> (geraadpleegd op 17/11/2012).
- De Metronoom (2009), *Muziek en beweging voor mensen met dementie.* dvd. Nederland: SSKV.
- D'Heedene, L. (2009), *Spelen met gevoelens, creatief werken met emoties in een begeleidingstehuis.* Afsturdeerproject Sociaal- Agogisch Werk. Gent, Departement Sociaal- Agogisch Werk- Hogeschool Gent.
- Dutch Guitar Files (s.d.), *Bob Davidse, Vrolijke Vrienden.* (online). België: Dutch Guitar Files. <http://www.guitarfiles.be/partituur/bob-davidse/vrolijke-vrienden> (geraadpleegd op 25/09/2012).
- Dutch Guitar Files (s.d.), *Johny en Mary, Daar Bij Die Molen.* (online). België: Dutch Guitar Files. <http://www.guitarfiles.be/partituur/bob-davidse/vrolijke-vrienden> (geraadpleegd op 25/09/2012).
- Estate of Dr. Martin Luther King, Jr (s.d.), *Martin Luther King, Jr. I have a dream.* Atlanta: Estate of Dr. Martin Luther King, Jr. <http://www.americanrhetoric.com/speeches/mlkhaveadream.htm> (geraadpleegd op 1/12/12).
- Feil, N; BTSG (2012), *Stadia validation volgens Naomi Feil.* (online). Nijmegen: BTSG. <http://www.btsg.nl/infobulletin/validationstadia.html> (geraadpleegd op 19/10/2012).
- Mensenrechten.org (s.d.), *De 30 mensenrechten.* (online). Nederland: D.P.Beerda. <http://www.mensenrechten.org/index.php?id=9> (geraadpleegd op 23/11/2012).
- Moderne Dementiezorg (s.d.), *Muziek en muziektherapie.* (online). Nederland: Moderne Dementiezorg. <http://www.moderne-dementiezorg.nl/onderzoeksrubriek.php?id=18> geraadpleegd op 14/10/2012).
- Muziek en handicap (2008), *Muziek bij personen met een handicap.* (online). Haacht: Muziek en handicap. <http://www.muzeikenhandicap.be/?p=muzbij> (geraadpleegd op 14/10/12).
- OCMW De Pinte (2011). *Woonzorgcentrum Scheldevelde. Onthaalbrochure.* Brochure. De Pinte, OCMW De Pinte.

- Pauwels, C. (2009). *Muzische vaardigheden en methoden 2. Agogisch Spel*. Cursus. Gent, Departement Sociaal- Agogisch Werk- Hogeschool Gent.
- Pauwels, C. (2009). *Muzische vaardigheden en methoden 2. Drama*. Cursus. Gent, Departement Sociaal- Agogisch Werk- Hogeschool Gent.
- Rawden, K. B. B. (2010). "The benefits of self- selected music on health and well- being", *The arts in Psychotherapy*, 37: 301- 310.
- Studio Brussel (2012), *Music For Life 2012: Follow Me*. (online). Brussel: VRT. <http://www.stubru.be/programmas/musicforlife/musicforlife2012followme> (geraadpleegd op 7/12/12).
- Studio Brussel (2012), *Music For Life 2012: Follow Me (deel 2)*. (online). Brussel: VRT. <http://www.stubru.be/programmas/musicforlife/musicforlife2012followme> (geraadpleegd op 7/12/12).
- ter Horst, W. (2006). *Het herstel van het gewone leven*. 4^e geactualiseerde druk. Houten, Bohn Stafleu van Loghum.
- Ultimate Guitar.com (2012), *De Lichtjes Van De Schelde chords by Bobbejaan Schoepen*. (online). Rusland: Ultimate Guitar.com. http://tabs.ultimate-guitar.com/b/bobbejaan_schoepen/de_lichtjes_van_de_schelde_crd.htm (geraadpleegd op 25/09/2012).
- Van Hove, V. (2007). *De begeleider als bruggebouwer*. Eerste druk. Drongen, Beschutte Werkplaats Nevelland.
- Your Chords.com (2012), *Het Kleine Café Aan De Haven Tab- Vader Abraham*. (online). Your Chords.com. <http://www.yourchords.com/161156/Vader-Abraham/Het-Kleine-Cafe-Aan-De-Haven-Tab/> (geraadpleegd op 25/09/2012).

BIJLAGEN

Bijlage 1:

De aangepaste versie van de informed consent die ik gebruikte op mijn stageplaats vind je hieronder. Dit heb ik uitgehangen aan de borden, mits bespreking met mijn stagebegeleider, mentor en de toestemming van de directrice. Ik informeerde de bewoners en/ of familie voor aanvang van de muziekgroep tijdens kamerbezoeken die ik deed. Ook bij elke start van meerdere muziekgroepen en tijdens het muziekoptreden gaf ik korte uitleg over de muziekgroep in het kader van mijn opleiding.

Informed consent

Geachte bewoner, familielid, medewerker van het Woonzorgcentrum (WZC),

Ik ben Louise en loop stage van 24 september 2012 tot 21 december 2012 in het animatieteam van het WZC Scheldevelde. Ik zit in het laatste jaar "Bachelor in de Orthopedagogie" van de Faculteit Mens en Welzijn van De Hogeschool Gent.



Via dit schrijven wil ik u informeren rond mijn eindwerk: "Op welke wijze kan het creëren van muziek de levenskwaliteit van ouderen in een WZC verhogen?" Ik zal een muziekgroep oprichten met bewoners waarin de muziek centraal staat.

De deelname door de bewoners aan deze muziekgroep is geheel vrijwillig en vereist geen verdere verplichtingen van de deelnemer.

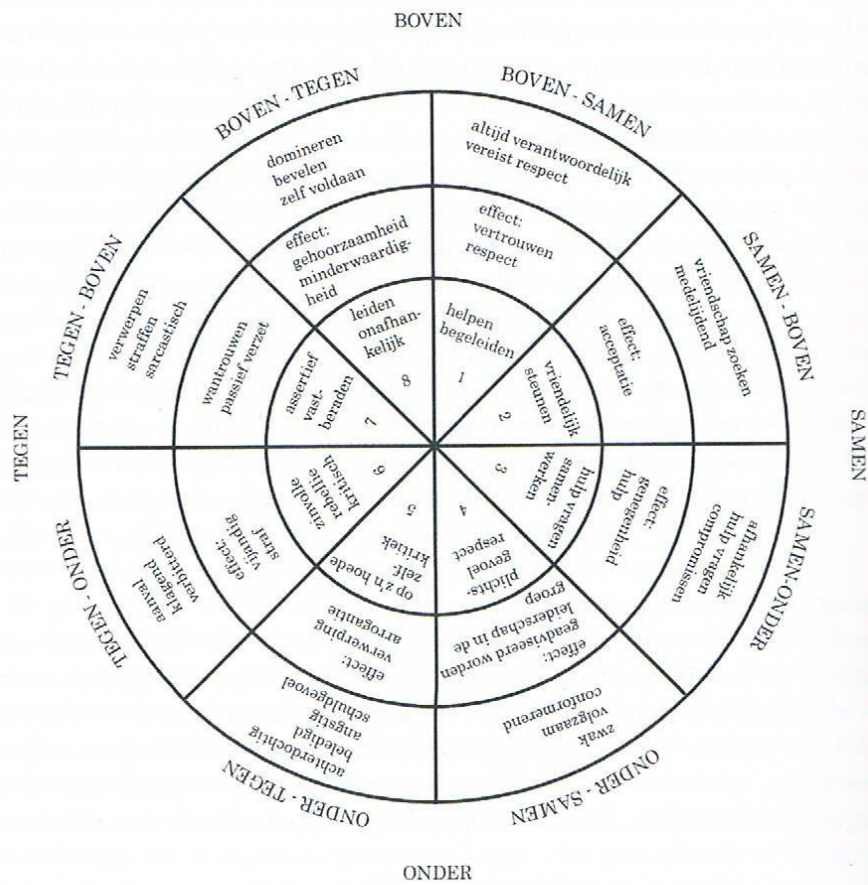
Indien u nog informatie hebt (het muziekinstrument van uw familielid, foto's van vroeger) of indien er nog vragen zijn, aarzel niet om mij aan te spreken.

Alvast bedankt!

Met vriendelijke groeten,

Louise Körmöczy

Bijlage 2: De Roos van Leary



Schema 4.1 De Roos van Leary.

De acht categorieën die in schema 4.1 (zie vorige bladzijde) genoemd worden, worden hieronder iets uitvoeriger behandeld.

Neutrale omschrijving van gedrag	Te ver doorgevoerde vorm van gedrag
Sector 1: leidinggevend gedrag	
<p>begeleiden, adviseren, onderwijzen helpen, aanbieden, geven</p> <p><i>hoofdkenmerken</i> gericht op datgene wat gedaan moet worden; structuur en houvast bieden voor de ander, duidelijkheid verschaffen; zelfvertrouwen, onafhankelijk</p> <p><i>positieve reacties uit de omgeving</i> mensen werken graag mee, tonen waardering, respect, voelen zich beschermd en veilig, aan jou gebonden</p>	<p>altijd verantwoordelijk autoritair</p> <p><i>risico's</i> te veel willen bazen, alles willen controleren; de inbreng van de ander dreigt verloren te gaan; respect vereisen, pedant, dogmatisch; verantwoordelijkheid overnemen van een ander</p> <p><i>negatieve reacties</i> mensen voelen zich buitenspel gezet, verliezen alle initiatief, trekken zich terug, komen in verzet, voelen zich afhankelijk of minderwaardig</p>
Sector 2: helpend gedrag	
<p>steunen, meevoelen, voorzichtig vriendelijk</p> <p><i>hoofdkenmerken</i> gericht op het aanbieden van hulp, aanmoedigen, motiveren gericht op anderen van dienst zijn; de ander er niet alleen voor laten staan</p> <p><i>positieve reacties uit de omgeving</i> mensen vinden je sociaal voelend, lief, tonen respect, vinden je waardevol; acceptatie</p>	<p>medelijdend vriendschap zoeken</p> <p><i>risico's</i> te vaak rekening houden met anderen, ten koste van jezelf; anderen steeds meer initiatief uit handen nemen, opdringerig, bemoeizuchtig</p> <p><i>negatieve reacties</i> mensen voelen zich afhankelijk, vinden je overbezorgd, een bemoeial, gebruiken je goedwillendheid, leunen volledig op jou, wijzen je af</p>
Sector 3: aanpassend gedrag	
<p>samenwerken, deelnemen, instemmen; hulp vragen</p> <p><i>hoofdkenmerken</i> gericht op samenwerking, een goede onderlinge verstandhouding, sfeer of gezelligheid; ruzies voorkomen, de ander het initiatief gunnen, zoeken naar compromissen</p> <p><i>positieve reacties uit de omgeving</i> mensen vinden je gemakkelijk en sociaal in de omgang, kunnen het goed met je vinden, maken geen ruzie met je, nemen het voor je op</p>	<p>compromissen sluiten; afhankelijk, hulp vragen, vastklemmen</p> <p><i>risico's</i> alles best vinden, steeds water bij de wijn doen, niet je eigen gezicht laten zien, nadoen wat anderen doen/zeggen</p> <p><i>negatieve reacties</i> mensen gaan ervan uit dat je steeds meedoet, dat je geen eigen mening hebt, dat je met alle winden meewaait; je wordt niet voor vol aanzien</p>

Sector 4: afhankelijk gedrag	
<p>respecteren, bewonderen, conformeren; gehoorzamen, je plicht doen</p> <p><i>hoofdkenmerken</i> niets alleen doen of op eigen initiatief, anderen voor laten gaan, steunen op anderen, leunen op regels, gezag en autoriteit van anderen, wachten op ideeën van anderen</p> <p><i>positieve reacties uit de omgeving</i> mensen voelen zich gewaardeerd, kunnen zich ontplooien, vinden het fijn dat er naar hen geluisterd wordt, geven adviezen</p>	<p>volgzaam, conformerend zwak, onderworpen</p> <p><i>risico's</i> te weinig zelfvertrouwen hebben, je leven wordt bepaald door anderen, geen beslissingen nemen, niet of te weinig voor jezelf opkomen, leiderschap wordt van jou overgenomen</p> <p><i>negatieve reacties</i> mensen gaan jouw leven bepalen, vinden je een blok aan hun been, lopen over je heen, vinden je een sul</p>
Sector 5: teruggetrokken gedrag	
<p>zelfkritiek sceptisch, op je hoede</p> <p><i>hoofdkenmerken</i> gericht op bescheidenheid, individualisme, gericht op eigen rust, waardoor je tot jezelf kunt komen; verlegen; je niet willen bemoeien met anderen</p> <p><i>positieve reacties uit de omgeving</i> mensen laten je met rust, vinden het knap dat je zo op jezelf kunt zijn, zijn jaloers op je omdat je jezelf zo bezig kunt houden</p>	<p>angstig, schuldgevoel, zelfopofferend; achterdochtig, je beledigd gedragen</p> <p><i>risico's</i> te veel jezelf blijven, waardoor je vervreemdt van de ander; problemen en moeilijkheden ontkennen en ontwijken</p> <p><i>negatieve reacties</i> mensen betrekken je nergens meer bij, gaan je vermijden, vinden je arrogant, houden op moeite voor je te doen, verwerpen je, gedragen zich arrogant tegenover jou</p>
Sector 6: opstandig gedrag	
<p>onconventioneel gedrag, zinvolle rebellie kritisch, openhartig</p> <p><i>hoofdkenmerken</i> niet alles voor lief nemen, opkomen voor eigen wensen, nooit iets meteen voor waar aannemen</p> <p><i>positieve reacties uit de omgeving</i> mensen vinden je terecht lasig, vinden het toch wel goed dat je voor jezelf opkomt</p>	<p>opstandig, klagend, verbitterd; aanval, vijandige reacties</p> <p><i>risico's</i> nooit tevreden zijn, te veel op jezelf vertrouwen en te weinig op anderen, te veel mopperen en zeuren, kankeren en klagen wantrouwig, achterdochtig zijn</p> <p><i>negatieve reacties</i> mensen vinden je irritant, een zeur; ze worden vijandig tegenover jou, straffen je</p>

Sector 7: agressieve acties	
<p>assertief vastberaden</p> <p><i>hoofdkenmerken</i> kritisch volgen wat er gebeurt, niet zomaar alles aannemen, voor- en nadelen afwegen, je territorium beschermen, vasthouden aan formele regels</p> <p><i>positieve reacties uit de omgeving</i> mensen vinden je dapper, principieel, waarderen je kritische stellingname en leren ervan</p>	<p>straffend, sarcastisch, onvriendelijk uitbuiten, verwerpen, achterhouden</p> <p><i>risico's</i> de ander aanvallen, klemzetten, vernederen; het altijd beter willen weten, te weinig rekening houden met de ander</p> <p><i>negatieve reacties</i> mensen vinden je te scherp, zijn bang voor je, reageren vijandig, wantrouwend; passief verzet</p>
Sector 8: concurrerend gedrag	
<p>zelfvertrouwen, onafhankelijk; leiden, besturen</p> <p><i>hoofdkenmerken</i> je niet zonder meer neerleggen bij de machtspositie van de ander, de concurrentie met de ander aandurven</p> <p><i>positieve reacties uit de omgeving</i> mensen waarderen je verzet, vinden dat je veel durft, veel vertrouwen hebt, vinden je sterk</p>	<p>trots, opscheppen; domineren, de baas spelen, bevelen</p> <p><i>risico's</i> opscheppen over eigen kunnen, de ander niets gunnen, in de ander een concurrent zien die dommer is dan jij</p> <p><i>negatieve reacties</i> de mensen vinden je arrogant, ontwijken je, vinden je een opschepper, haten je</p>

Bijlage 3: foto's muziekinstrumenten



Zak met muziekinstrumenten 1 en 2



Schudeitjes



Rammelaars



Stokken



Schudders



Tamboerijnen



Castagnettes



Bongo



Gitaar



Klappers



Bellen





Triangel



Muziekinstrumenten van gerecycleerd materiaal

