

# Zingen met ouderen

Training 2022

Dagdeel 2

# Agenda

- Welkom
  - Speciaal voor Beppie
- Contouren van een Training – deel 2
  - Ervaring met ‘t app’je
  - Omgaan met ouderen en dementie
  - Omgaan met een groep
- Afsluiting
  - Hoe verder

# Ervaring met 't app'je

# Omgaan met ouderen en dementie

- Iedere deelnemer is anders
  - Mate van dementie
  - Omgaan met prikkels
  - Omgangsvormen
- Respectvol en liefdevol
  - Eigen ‘waarheid’
- Volwassen mensen
  - Met beperkingen
  - Valkuil: aanspreken als kinderen

# Praten met doelgroep

- Individueel gericht, maar verdeel aandacht
- Oogcontact of fysiek contact
- Eenvoudige taal
  - Rustig spreektempo
  - Refereer naar het ‘bekende’
- Complimenten
  - Gevoel, empathie vs. ratio
- Vragen. Eén vraag/optie tegelijk.
- Geduld
- Luisteren, zonder oordeel meegaan

# Richtlijnen bij zingen

- Deelnemers zijn betrekkelijk passief
  - De leiding, het initiatief ligt bij jou
  - Zoek de ‘juiste’ liedjes door te doen en te registreren
  - Woorden zijn minder belangrijk dan melodie en ritme
  - Wissel af tussen ‘rustig’ en wat ‘vlotter’, voorkom overbelasting
    - Beperk spanningsboog

# Vorbereiding

- Vorbereiding
  - Bouw verhaallijn in
  - Oefen zelf van te voren
  - Mapjes met teksten
  - Smartphone en speakerbox: opgeladen?
- Een houvast, geen harnas
  - Houd rekening met afwijken

# Binnen komen

- Eerder dan de bewoners
- Overleg met verzorging
  - Alles klaar zetten/leggen
  - Check je ‘techniek’ (ook bij stage!)
  - Plan een pauze
- Begroet iedereen bij binnen komen
  - Een moment voor individuele aandacht
- Speel in op wat er is
  - Jarige, Feestdagen, Jaargetijde



# Zingen

- Heet iedereen welkom
- Je eigen ‘lijflied’
  - Bij begin, bij rustmoment, bij afsluiting
- Herhaal wat lekker gaat
- Stimuleer meedoen
  - Simpele instrumentjes
  - Bewegen (op de stoel, soms een dansje met iemand)
- Accepteer ‘onrust’

# Afsluiten

- Expliciet aandacht voor de afsluiting
- Je eigen ritueel of ‘lijflied’
- Opruimen, inpakken als iedereen weg is

# OMGAAN MET EEN GROEP

# Omgaan met een groep

- Contact
- Aandacht verdelen
  - Iedereen is even belangrijk
  - Deelnemers vormen geen ‘groep’ meer
  - Stukjes gesprek zijn veelal individueel
  - Beperk individuele aandacht
  - Dominantie van een bewoner
- Vragen stellen: individueel gericht
  - Groepsgerichte vragen vermijden

# Je plek. Hoe zit je daar?

- Feedback geven
  1. Specifiek positief
  2. Specifiek negatief (opbouwend kritisch)
  3. Generiek positief
- Feedback ontvangen
  - Dankjewel.

# TOT SLOT

# Eenmaal gewend

- Heb vertrouwen
- Geen keurslijf, volg je hart en creatieve impulsen
- Hoe verder
  - Stage (periode)
  - Derde bijeenkomst van deze groep
  - Andere wensen, behoefte?

# AFSLUITING: TOT ...